

อุทยาน ร. ๑๐๐

๑๐๐๐๐ พระธรรมขันธุ์



อุทยาน ร.
๑๐๐
๑๐๐๐
พระธรรมขันธุ์



มูลนิธิออมสินเพื่อสังคม



อกุขาตาโร ตถาคตา
ตถาคตทั้งหลาย เป็นผู้บอก

พิมพ์ครั้งแรก ธันวาคม ๒๕๔๗ ราคา ๑๕๐ บาท

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

อภุชาดาโร ตถาคตา เล่ม ๑. _ กรุงเทพฯ : เนชั่นบุ๊คส์, ๒๕๔๗. ๒๐๐ หน้า.

1. ธรรมะปฏิบัติ. I. ชื่อเรื่อง.

๒๕๔.๓๑๕

ISBN ๙๗๔-๙๖๙๗-๔๔-๘

มูลนิธิอมสินเพื่อสังคม

คณะผู้จัดทำ

นางสาวพาลาภ ณัฐรุจิโรจน์

นางสุนันท์ธนา จันทร์พานิช

นางสาวณิ เวียงหุทัย

นางสาวปิยดา เจริญเกรียงสกุล

นางสาวปัฐมา ชินวงศ์

นายเถลิงเกียรติ เขียวรอด

ศิลปกรรม

นายเดชา กิจพัฒน์กัญญา

เอื้อเฟื้อภาพปก

ปางอุบล <http://www.thaiwaterlily.com>

ผลิตโดย บริษัทเนชั่นบุ๊คส์ อินเตอร์เนชั่นแนล จำกัด อาคารเนชั่น
ทาวเวอร์ ชั้นที่ ๒๖ เลขที่ ๔๔ หมู่ที่ ๑๐ ถนนบางนา-ตราด กม. ๔.๕
แขวงบางนา เขตบางนา กทม. ๑๐๒๖๐ โทร. ๐-๒๓๒๕-๕๕๕๕
ต่อ ๓๓๐๒-๔ โทรสาร ๐-๒๓๒๕-๐๔๓๐ www.nationbook.com

พิมพ์ที่ บริษัทเนชั่น มัลติมีเดีย กรุ๊ป จำกัด (มหาชน) ๔๔ หมู่ ๑๐
ถนนบางนา-ตราด กม. ๔.๕ แขวงบางนา เขตบางนา กทม. ๑๐๒๖๐
โทร. ๐-๒๓๑๗-๐๐๔๒, ๐-๒๓๑๗-๒๑๓๑ โทรสาร ๐-๒๓๑๗-๑๔๘๙-๙๐

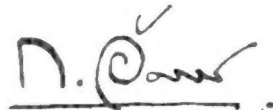
คำนำจากผู้อำนวยการธนาคารออมสิน

ธนาคารออมสิน เป็นหนึ่งในองค์กรภาครัฐบาล ที่
ปฏิบัติภารกิจเพื่อประโยชน์แก่ประชาชนชาวไทยมาโดยตลอด
และครั้งนี้ นับเป็นวาระสำคัญที่ธนาคารออมสินตั้งใจมอบ
พระธรรมคำสอนอันเป็นสิ่งล้ำค่ายิ่งให้กับประชาชนคนไทย
โดยจัดทำหนังสือชุด *อกุขาตาโร ตถาคตา* ขึ้น เพื่อมอบเป็น
ของขวัญเสริมสร้างเสริมมงคลแก่ชีวิตให้กับทุก ๆ คน

หนังสือชุดนี้รวบรวมคำสอนจากพระอาจารย์ ๑๒ รูป
ที่เคร่งในหลักคำสอนและการถือปฏิบัติ ที่เป็นที่เคารพ
นับถืออย่างสูงของประชาชนชาวไทย ซึ่งแต่ละคำสอนมี
ความหมายและมีประโยชน์อย่างยิ่ง เนื้อหาในหนังสือเหมาะ
อย่างยิ่งสำหรับการใช้เป็นแนวทางในการดำเนินชีวิต เพื่อ
ให้เกิดความสงบ ความสุข ความเจริญ และเป็นมงคลกับชีวิต

ธนาคารออมสินหวังว่า หนังสือชุดนี้จะก่อประโยชน์แด่
ศาสนิกชนชาวพุทธทั้งปวง รวมถึงคนอื่น ๆ ที่ให้ความสนใจ
ในการศึกษาพระพุทธศาสนาด้วย เพื่อที่คนไทยทุกคนจะได้
ร่วมทำนุบำรุง เผยแผ่พระพุทธศาสนาให้งามอยู่สืบไปตลอด

ขอบุญกุศลที่ธนาคารออมสินได้รับจากการเผยแพร่
พระธรรมคำสั่งสอนพระพุทธศาสนานี้ จงอำนวยพรให้ทุกคน
อยู่เย็นเป็นสุข โชคดี มีบุญ มีชัย มีคุณธรรมและคุณงาม
ความดีติดตัวตลอดไป



(กรพจน์ อัศวินวิจิตร)

อารัมภบท

ผู้รวบรวมมีความปิติและอนุโมทนาเป็นอย่างยิ่งที่มูลนิธิ
ออมสินเพื่อสังคม โดยท่านผู้อำนวยการธนาคารออมสิน
ได้มีจิตศรัทธาและประจักษ์ถึงความสำคัญยิ่งในหลักธรรม
ของพระพุทธศาสนา ด้วยการเห็นสมควรและดำเนินการ
จัดพิมพ์หนังสือเล่มนี้ขึ้น เพื่อให้ผู้สนใจตลอดสาธุชนทั่วไป
ได้มีโอกาสในการเรียนรู้ธรรมะและสามารถนำไปสู่การ
ปฏิบัติได้ เพื่อยังผลให้เกิดประโยชน์สุขแก่ตนและส่วนรวม
ซึ่งสังคมไทยในยุคปัจจุบันกำลังมีความต้องการและความ
จำเป็นอย่างมาก อาณิสสส์ในการนี้ย่อมบังเกิดความสุข
ความเจริญอันแท้จริงแก่ท่านผู้อำนวยการออมสินและ
พนักงานทุกคนเป็นอย่างมาก

อนึ่ง ขอได้โปรดอ่านคำแนะนำของหนังสือเล่มนี้โดยตลอด
ที่ได้เน้นความสำคัญ เพื่อให้เข้าใจว่า คำสอนของท่านพระ
อาจารย์ทุกองค์ได้สอนในสิ่งเดียวกันทั้งสิ้น เพียงแต่คำสอน
ขององค์ใดมีความพอเหมาะคือ ต้องด้วยจริตของผู้อ่าน
ผู้เรียนรู้ ก็ย่อมจะเกิดประโยชน์แก่ผู้นั้นได้เป็นอย่างมาก

จึงหวังเป็นอย่างมากว่าผู้อ่านทุกท่านจะได้รับประโยชน์สุข
อันแท้จริงจากคำสอนทั้งปวงนี้

ผู้รวบรวม

๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๔๗

(รวบรวมครั้งแรกเมื่อ ๗ สิงหาคม ๒๕๓๓)

คำนำ

พระพุทธเจ้าและพระอรหันต์ทุกพระองค์ทรงสั่งสอน
สิ่งเดียวกันทั้งสิ้น จะต่างกันเพียงวิธีหรือแนวการสอนไปสู่
จุดนั้น แต่เราเองมักจะนำมาตีความตามทฤษฎีหรือความคิด
เห็นของตนให้แตกต่างกันไป แม้ในครั้งพุทธกาลพระบรม-
ศาสดาทรงเป็นผู้เทศนาสั่งสอนเอง ภิกษุสงฆ์ในขณะนั้น
บางองค์ก็นำคำสอนของพระองค์ท่านมาแปลความกันไป
ต่าง ๆ กัน จึงสามารถโต้แย้งกันได้โดยไม่มีที่สิ้นสุด

ในเล่มนี้ได้รวบรวมคำสอนธรรมะปฏิบัติในแนวต่าง ๆ
กัน เท่าที่จะแสวงหามาได้ภายในความจำกัดของเวลาและ
ขนาดรูปเล่ม ซึ่งเป็นคำสอนไปสู่สิ่งเดียวกันทั้งหมด จึงขอ
ท่านผู้อ่านได้โปรดวางความขัดแย้งใด ๆ อันเกิดขึ้นในใจ
หรือความคิด (หากเกิดขึ้น) ล่วงก่อน โอกาสที่ท่านจะได้รับ
ประโยชน์จากคำสอนทั้งหลายนี้ก็จะเกิดขึ้นได้มาก

ทั้งนี้ ได้คัด รวบรวม และเรียบเรียง จากหนังสือที่มี
พิมพ์ไว้ในที่ต่าง ๆ กว่า ๒๐๐ เล่ม และบางส่วนได้ถอดตรง
จากเทปคำสอนของท่าน โดยพยายามเลือกแนวหรือวิธีการ
สอนต่าง ๆ ของท่านแต่ละองค์มารวบรวมไว้ เพื่อช่วยใน

การอ่านและการพิจารณา จึงได้พยายามเน้นสาระธรรม
บางตอนให้เด่นขึ้นด้วยตัวพิมพ์หนา และเพิ่มขึ้นด้วย
การขีดเส้นใต้ไว้ เพราะการอ่านที่จะให้เกิดปัญญาขึ้น
ที่จิตนั้นต้องอาศัยการพิจารณาสาระธรรมเหล่านั้น
ด้วยความจดจ่อ จึงจะเป็นเครื่องสนับสนุนส่งเสริมปัญญา
สามัญที่มีอยู่นี้ให้ยิ่ง ๆ ขึ้น จนเกิดภาวนามยปัญญาได้ในที่สุด

สำหรับส่วนที่ถอดจากเทปเทศน์ของท่าน ก็คงสามารถ
ถอดได้เพียงถ้อยคำและคงสำนวนของท่านไว้ ส่วนธรรมะ
อันเนื่องด้วยถ้อยเสียงของท่านนั้น ย่อมไม่อาจจะถ่ายทอด
ออกมาได้เลย

การที่ดำริเช่นนี้ ด้วยเห็นว่าท่านผู้อ่านที่มีจิตในการ
เรียนรู้ได้ต่าง ๆ กัน จะได้มีโอกาสสัมผัสคำสอนธรรมะ
ปฏิบัติด้วยวิธีหรือแนวการสอนในหลายลักษณะ ที่อาจต้อง
ตรงกับจริตนิสัยของตน จนสามารถเป็นเหตุให้เกิดภาวนา-
มยปัญญา หรือปัญญาญาณขึ้นกับท่านผู้อ่านก็เป็นได้

ผู้รวบรวม

๗ สิงหาคม ๒๕๓๓

สารบัญ

สมเด็จพระญาณสังวร

(เจริญ สุวฑฺฒโน)

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

๑๑

พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (สีริคุณโท จันทร์)

(พ.ศ. ๒๓๙๙ - พ.ศ. ๒๔๖๕)

๑๓

ท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทตฺโต

(พ.ศ. ๒๔๑๓ - พ.ศ. ๒๔๙๒)

๑๒๕

พระราชินีโรธรังสีคัมภีร์ปญฺญาโศษภัก

(ท่านพระอาจารย์เทศก์ เทสรังสี)

๑๔๓

สมเด็จพระญาณสังวร
(เจริญ สุวฑฺฒโน)
สมเด็จพระสังฆราช
สกลมหาสังฆปริณายก



สมเด็จพระญาณสังวร (เจริญ สุวฑฺฒโน)
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก
วัดบวรนิเวศวิหาร กรุงเทพฯ

นามเดิม เจริญ
สกุล คชวัตร
เกิดที่ ตำบลบ้านเหนือ อำเภอเมือง
 จังหวัดกาญจนบุรี
ตรงกับคืนวันศุกร์ที่ ๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๖
เวลาประมาณ ๐๔.๐๐ น.

โยมบิดาชื่อ นายน้อย คชวัตร
โยมมารดาชื่อ กิมน้อย คชวัตร

บรรพชาเป็นสามเณร เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๖๙ ณ วัดเทวสังฆาราม
อำเภอเมือง จังหวัดกาญจนบุรี

อุปสมบทเป็นพระภิกษุ เมื่อวันที่ ๑๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๗๖

ญัตติเป็นพระธรรมยุติกนิกายเมื่อวันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ.
๒๕๗๖ ณ วัดบวรนิเวศวิหาร โดย สมเด็จพระวชิรญาณวงศ์
(สุจิตโต ม.ร.ว. ชื่น นพวงศ์) เป็นพระอุปัชฌาย์

(ต่อมาได้รับพระราชทานสถาปนาเป็น สมเด็จพระสังฆราชเจ้า)

พระธรรมเทศนา โดย
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช
สกลมหาสังฆปริณายก
ถอดจากเทป
“สุญญตา ความว่างจากกิเลส ความหลุดพ้น”



“สุญญตา ความว่างจากกิเลส ความหลุดพ้น”

บัดนี้ จะแสดงธรรมะเป็นเครื่องอบรมในการปฏิบัติ
อบรมจิต ก็ขอให้ทุก ๆ ท่านตั้งใจแน่วแน่มั่นคงการพระผู้
มีพระภาคอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าพระองค์นั้น ตั้งใจถึง
พระองค์พร้อมทั้งพระธรรมและพระสงฆ์เป็นสรณะ ตั้งใจ
สำรวมกาย วาจา ใจ ให้เป็นศีล ทำสมาธิในการฟังเพื่อให้
ได้ปัญญาในธรรม

สติปัฏฐาน ๔ การปฏิบัติตั้งสติเพื่อให้สติตั้งและเพื่อ
ให้ได้ปัญญาหรือญาณความหยั่งรู้ในกาย เวทนา จิต ธรรม
เป็นสติปัฏฐานในกาย เวทนา จิต ธรรม เป็นโพชฌงค์ในกาย
เวทนา จิต ธรรม และเป็นญาณความหยั่งรู้ในอริยสัจจ์ทั้งสี่
ก็ในกาย เวทนา จิต ธรรม ทั้งหมดนี้ก็รวมอยู่ที่จุดนี้เองมิใช่
ที่อื่น สติก็ตั้งขึ้นที่จิต โพชฌงค์ที่เป็นตัวความรู้ก็ตั้งขึ้นที่จิต
ญาณคือความหยั่งรู้ในอริยสัจจ์ทั้งสี่ก็ตั้งขึ้นที่จิต แม้ว่าจะมี
ศัพท์แฝงธรรมะอยู่มากดังเช่นที่กล่าวมาแล้ว แต่ผู้ปฏิบัติ
เมื่อได้ปฏิบัติตั้งสติกำหนดลมหายใจเข้าลมหายใจออก ให้
ได้สติในลมหายใจ ให้เป็นสติปัฏฐานในลมหายใจ เมื่อ
ได้สติขึ้นมา ใจรวมเป็นสมาธิก็จะได้ปัญญาขึ้นมา เป็น

โพชฌงค์ และจะได้ญาณคือความหยั่งรู้จักทุกข์ รู้จัก
เหตุเกิดทุกข์ รู้จักความดับทุกข์ รู้จักทางปฏิบัติให้ถึง
ทางดับทุกข์ขึ้นด้วยตนเอง และหากได้อาศัยคำสั่งสอน
ของพระพุทธเจ้าเป็นแสงสว่างนำทาง ก็ยิ่งจะทำให้ได้
สติปัฏฐาน ได้โพชฌงค์ ได้ญาณ ได้อริยสัจจ์ ง่าย
สะดวกขึ้นไปอีก และแม้ว่าจะได้ขั้นของธรรมดังกล่าว
ถึงจะไม่ต้องรู้จักชื่อเสียง แต่ก็เป็นอันว่าได้ถึง เหมือน
อย่างเมื่อมีแสงสว่างส่องทาง และคนเดินทางก็มีตาเลี่ยมดูทาง
ก็เดินไปตามทางที่แสงสว่างส่อง เห็นต้นไม้ นานาชนิด มี
ดอก นานาชนิดที่อยู่สองข้างทาง แม้จะไม่รู้จักว่าต้นไม้ชื่อนั้น
ต้นไม้ชื่อนี้ แต่ก็รู้จักเห็น เห็นต้น เห็นดอก เห็นใบ เป็นต้น
โดยไม่ต้องรู้จักชื่อ ก็รู้จักเห็น ดังนั้นเรียกว่าเป็นกายสักขี คือ
เป็นเหมือนอย่างเป็นสักขีพยานทางกาย มองเห็นดังนี้แหละ
คือความรู้ ความเห็นธรรมะ แม้ว่าจะได้เล่าเรียนให้
รู้จักชื่อเสียงของธรรมะ แต่ไม่ได้เดินไปในสวนของ
ธรรมะเอง ถึงจะรู้จักว่ามีต้นไม้ชื่อนั้นชื่อนี้ ลักษณะ
เป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ก็สักแต่รู้ว่ารู้ตามตำราเท่านั้นหรือ
ตามที่ฟังมาเท่านั้น ไม่ได้เห็นด้วยตนเอง บางทีเมื่อไป
เห็นเข้าด้วยตนเองแล้วก็ไม่รู้จักเสียด้วยซ้ำว่าชื่อต้นอะไร
ตามที่ได้ฟังมา ตามที่เห็นมา ดังนั้น การปฏิบัติให้ได้สติ
ได้โพชฌงค์ ได้ญาณในอริยสัจจ์ขึ้นมาด้วยตนเอง โดย
ตั้งต้นปฏิบัติ กำหนดจิตเข้ามา กำหนดดูอุคคหมายใจเข้า

คุณมหายใจออกนี้แหละให้ได้สมาธิ และเมื่อได้สมาธิขึ้นมา แล้วความรู้ความเห็นจะเป็นไปเองและเป็นดังกล่าว เมื่อได้ มีความรู้ในคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าช่วย ก็ยังจะทำให้ได้ รับความสะดวกในการปฏิบัติยิ่งขึ้น

พระพุทธองค์ได้ทรงสอนให้รู้จักความสุขซึ่งประสงค์ใน การปฏิบัติธรรม และทรงสั่งสอนให้รู้จักวิมุตติคือความหลุดพ้น ดังที่ได้ตรัสเรียกว่า เนกขัมมสุข ความสุขที่เกิดจาก เนกขัมมะคือการออก ปวิเวกสุข ความสุขที่เกิดจาก ความสงัดสงบ อุปสมสุข ความสุขที่เกิดจากสงบระงับ สัมโพธิสุข ความสุขที่เกิดจากความรู้พร้อม ดังนี้

อันความสุขที่ได้ตรัสชี้ไว้เหล่านี้ เพื่อความเข้าใจง่าย จึงได้ยกเอาคุณลักษณะแห่งความสุขนั้นกำกับไว้ด้วย เช่น ที่ตรัสเรียกว่า เนกขัมมสุข เป็นต้น ผู้ปฏิบัติธรรมะ หากได้ ตั้งใจฟังและได้ทราบพระพุทธาธิบายตามสมควร ก็ย่อมจะ มีความรู้สึกว่ แม้ว่ายังไม่สามารถจะได้พบกับเนกขัมมสุข อย่างสมบูรณ์ได้ แต่ว่าก็จำที่จะต้องให้ได้ความสุขเช่นนี้แม้ น้อย เพราะว่าหากไม่ได้เสียเลยแล้วจะไม่ได้รับความสุข อันแท้จริงซึ่งเป็นผลอันประเสริฐสำหรับตนเองเลย

เนกขัมมสุข ความสุขที่เกิดขึ้นจากการออก ก็ หมายความว่า ออกจากเรื่องวุ่นวายทั้งหลายอันเนื่องมาจาก ความกังวลพัวพันเป็นต้น ซึ่งเรียกรวมว่า กิเลส แม้ว่า ทุกคน ผู้ที่ยังละกิเลสไม่ได้ ยังมีกิเลสอยู่และไม่สามารถ

จะโยนทิ้งได้ เพราะอย่างไร ๆ ก็ยังมีกิเลส แต่แม้เช่นนั้น ถ้าหากว่าให้กิเลสครอบงำโดยไม่มีควมว่างเว้นแล้ว ก็ จะมีความกังวลห่วงใยยุ่งเหยิงสับสน หาควมว่างมิได้ เมื่อเป็นแบบนี้ แม้จะมีความบริบูรณ์สมบูรณ์ด้วยทรัพย์สิน ภายนอกต่าง ๆ แต่ว่าจิตใจของบุคคลเองนั้นไม่ได้รับความสุข อันแท้จริงเลย เพราะฉะนั้น จึงต้องหัดปฏิบัติทำจิตใจ ให้ออกได้จากเรื่องกังวลผูกพันทั้งหลายน้อยหรือมาก ไม่ยอมให้เรื่องทั้งหลายเข้ามาผูกพันรุมรัดครอบงำเสีย จนหาควมว่าง ความสบาย ความสงบใด ๆ มิได้ เพราะฉะนั้น พระบรมศาสดาจึงได้ตรัสสอนให้ปฏิบัตินำตน ออกจากเครื่องผูกพัน ห่วงใย เป็นต้น เหล่านี้ไปโดยลำดับ ธรรมะที่ทรงสั่งสอน จะเป็นขั้นทานก็ตาม ขั้นศีลก็ตาม ขั้นภาวนาคือสมาธิวิปัสสนาหรือสมาธิปัญญาก็ตาม ทุกข้อ ทั้งหมดทุกบทย่อมเป็นการสั่งสอนที่นำออกทั้งนั้น เพราะ ฉะนั้น การปฏิบัติธรรมะของพระพุทธเจ้าทุกข้อทุกบท จึงเป็นการปฏิบัตินำออกไปจากเครื่องผูกพัน อาลัย ห่วงใย รวมเข้าก็คือว่า ออกจากกิเลสและกองทุกข์ เป็นเปลาะ ๆ เป็นเรื่อง ๆ ไปโดยลำดับ และเมื่อเป็น ดั่งนี้ ปฏิบัติตนออกไปได้เท่าใด ก็จะทำให้ได้ความสุข เท่านั้น ออกได้มากก็ได้ความสุขมาก ออกได้น้อยก็ได้ ความสุขน้อย เพราะฉะนั้น ความสุขที่เกิดจากการออก ดั่งนี้คือเนกขัมมสุข และเมื่อมีความเข้าใจว่าเป็นสุขสำหรับ



ทุก ๆ คน ไม่ว่าจะเป็นพระ ไม่ว่าจะเป็นคฤหัสถ์ ไม่ว่าจะเป็นชาย ไม่ว่าจะเป็นหญิง ก็จะต้องมีการปฏิบัติออกไป ได้จึงจะได้ความสุขอันแท้จริง **ดังนี้คือเนกขัมมสุข** เพราะฉะนั้น ธรรมะที่เป็นคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าจึงได้เรียกว่า นิยานิกรรม ธรรมะที่เป็นเครื่องนำออกไป คือนำออกไป จากกิเลสและกองทุกข์ทั้งนั้น ไม่มีที่จะนำเข้ามาสู่กิเลสและกองทุกข์เลยสักข้อเดียว เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติธรรมะที่เป็น นิยานิกรรมนี้จึงได้การออกไปจากกิเลสและกองทุกข์ เป็นเรื่อง ๆ เป็นข้อ ๆ เป็นเปลาะ ๆ ไปโดยลำดับ ดังนี้ คือเนกขัมมสุข

และแม้สุขอื่นอันที่จริงก็มีอรรถะคือเนื้อความที่เป็นอันเดียวกันนี้แหละ แต่ว่าแยกเรียกว่า **ปิเวกสุข ความสุขที่เกิดจากความสงัด** ก็คือ หมายความว่าทำตนให้สงัดสงบจากเครื่องพัวพันทั้งหลาย จากการคลุกคลีทั้งหลาย เพราะว่า **การที่จะออกไปได้นั้นก็ต้องทำตนให้สงบสงัดจากการคลุกคลีทั้งหลายด้วย** ถ้าหากว่ายังมีการคลุกคลีอยู่ด้วย เรื่องนั้น ๆ ด้วยสิ่งนั้น ๆ ก็ยังออกไม่ได้ เพราะฉะนั้นจึงต้องไม่คลุกคลีอยู่ในสิ่งนั้น ๆ ด้วยเรื่องนั้น ๆ ตลอดจนถึงด้วยบุคคลนั้น ๆ ในทางที่ก่อให้เกิดความกังวลห่วงใย ให้เกิดกิเลส ให้เกิดความทุกข์ต่าง ๆ ฉะนั้น ท่านจึงได้มีแสดงกายวิเวก ความสงัดทางกาย จิตวิเวก ความสงัดทางจิตใจ อุปวิเวก ความสงัดกิเลสไปโดยลำดับ เพราะฉะนั้น

เมื่อสามารถปฏิบัติตนไม่ให้คลุกคลีแต่ให้ได้พบกับ
ความสังัดสงบดังกล่าว ก็เป็นอันว่าออกได้ และก็ได้
ความสุขที่แยกชื่อเรียกได้อีกว่า ปวิเวกสุข ความสุข
ที่เกิดจากความวิเวกคือความสังัดสงบ

อนึ่ง ยังเรียกชื่ออย่างอื่นได้อีก แต่ก็มีอรรถะคือ
เนื้อความที่เป็นทางเดียวกัน เป็นอันเดียวกัน คือความสงบ
ระงับ เพราะว่าเมื่อมีความสงบระงับหรือปฏิบัติให้จิตใจ
สงบระงับได้ คือให้โลก โกรธ หลง สงบระงับลงได้ หรือว่า
ราคะ โทสะ โมหะ สงบระงับลงได้น้อยหรือมาก ก็จะทำให้
ความคลุกคลีลดลงจะทำให้การผูกพันลดลง เพราะ
ฉะนั้นจึงต้องมีการปฏิบัติกาย วาจา ใจ นี้แหละ ให้สงบ
วาจา สงบกาย สงบใจ โดยตรงก็คือว่า ต้องคอยสงบระงับ
ราคะ โทสะ โมหะ หรือว่าโลก โกรธ หลง ระงับอารมณ์
อันเป็นที่ตั้งของราคะ โทสะ โมหะ หรือว่าโลก โกรธ หลง
เหล่านี้ด้วย เมื่อเป็นดังนี้ จึงจะได้ความสงบระงับทางกาย
ทางวาจา และทางใจ ซึ่งทำให้เกิดความสุขอันเรียกว่า
อุปสมสุข สุขที่เกิดจากความสงบระงับ ซึ่งความสงบนี้
เองพระบรมศาสดาได้ตรัสสอนว่าเป็นเหตุให้เกิดความ
สุขที่ไม่มีสุขอื่นจะยิ่งไปกว่า

ในพุทธภาษิต ที่เราก็อทราบกันอยู่โดยมากกว่า ความสุข
ที่ยิ่งไปกว่าความสงบไม่มี หรือว่า ความสงบเป็นสุขอย่างยิ่ง
ดังนี้ และในบรรดาการปฏิบัติเหล่านี้ การปฏิบัติให้ได้

ปัญญาที่เป็นตัวสัมโพธิคือ **ความรู้พร้อม** ย่อมเป็นสิ่งสำคัญ พระพุทธเจ้าทรงละกิเลสและกองทุกข์ทั้งสิ้นได้ก็เพราะ สัมโพธิปัญญา ปัญญาคือความตรัสรู้พร้อม เพราะฉะนั้น จึงละกิเลสและกองทุกข์ได้ทั้งหมด สัมโพธิคือความรู้พร้อมนี้เป็นตัววิชาความรู้แจ่มแจ้งตามความเป็นจริง และโดยตรงก็คือ ความรู้ในสัจจะที่เป็นตัวความจริง สัจจะที่เป็นตัวความจริงนี้ ซึ่งเป็นอย่างยิ่งก็คืออริยสัจจ เพราะทำให้ผู้รู้ละกิเลสจากกองทุกข์ เป็นอริยบุคคล บุคคลผู้ประเสริฐได้ ก็คืออริยสัจจญาณ ความหยั่งรู้ใน อริยสัจจทั้งสี่นั่นเอง อันเป็นหลักสำคัญที่สุดในพุทธศาสนา และเมื่อได้ปัญญาละกิเลสได้ ก็มีความสุข อันเป็น ความสุขอย่างยิ่ง เพราะเมื่อได้ปัญญาละกิเลสได้ก็จะทำให้ ได้ความสงบระงับซึ่งเรียกว่า อุปสมะ ได้ความสงัดกาย สงัด จิต สงัดกิเลสทั้งหมด อันเรียกว่า ปวิเวก ได้เนกขัมมะคือ การออกทั้งหมด ออกจากกิเลส ออกจากกิเลสและกองทุกข์ ได้ทั้งหมด เพราะฉะนั้น **สัมโพธิสุข** ความสุขที่เกิดจาก **ความรู้พร้อม**นี้ จึงเป็นข้อสำคัญ

เหล่านี้เป็นความสุขอันแท้จริง ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ทรง แสดงไว้เอง และทุก ๆ คนที่จะได้ความสุขที่แท้จริงนั้นก็ต้องมีส่วนได้ความสุขเหล่านี้แม้หน่อยก็ตาม ถือว่าจะต้องได้ ความสุขที่เกิดจากการปฏิบัติให้ออกได้ไม่ให้เกิดขัดอยู่ใน เครื่องผูกพันทั้งหลาย ปฏิบัติให้สงัดกาย สงัดจิต สงัด



กิเลสได้ ปฏิบัติให้สงบสงัด โดยตรงก็คือ สงบระงับโลก
โกรธ หลง หรือว่าราคะ โทสะ โมหะ ได้ ปฏิบัติให้ได้ปัญญา
ที่เป็นตัวรู้หยั่งลงถึงในสัจจะที่เป็นความจริง อันกำจัดกิเลส
และกองทุกข์ได้น้อยหรือมากและเมื่อได้น้อยก็ได้ความสุข
อันแท้จริงน้อย ได้มากได้ความสุขอันแท้จริงมาก และ
บรรดาสุขเหล่านี้ อีกคำหนึ่งก็คือ วิมุตติสุข ความสุขที่
เกิดจากความหลุดพ้น เพราะว่าเมื่อออกได้ก็เป็นอันว่าพ้น
เมื่อสงบได้ก็เป็นอันว่าพ้นได้เช่นเดียวกัน เมื่อมีปัญญาที่รู้
เท่าถึงสัจจะที่เป็นตัวความจริงก็ทำให้พ้นได้เช่นเดียวกัน คือ
ทำให้พ้นได้จากเครื่องติดขัดทั้งหลาย จากเครื่องผูกพัน
ทั้งหลาย จากพันธนาการทั้งหลาย ให้พ้นได้จากความ
คลุกคลีทั้งหลาย ให้พ้นได้จากโลก โกรธ หลง หรือ
ราคะ โทสะ โมหะ ให้พ้นได้จากกิเลสและกองทุกข์
น้อยหรือมาก ความพ้นเหล่านี้ก็คือวิมุตติ และเมื่อ
พ้นได้เท่าใดก็เป็นสุขเท่านั้น อย่างนี้ก็เป็นวิมุตติสุข

พระพุทธเจ้าเคยมีพระพุทธภาสิตตรัสแสดงไว้เองว่า
ทรงอยู่ด้วยวิชาวิมุตติ วิชาก็คือรู้ วิมุตติก็คือพ้น รวม
กันเข้าก็คือรู้พ้น ทรงอยู่ด้วยความรู้พ้น ทรงรู้ทุก ๆ อย่าง
ทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ทางมนะคือใจ
ซึ่งรูปทั้งหลาย ซึ่งเสียงทั้งหลาย ซึ่งกลิ่นทั้งหลาย ซึ่ง
รสทั้งหลาย ซึ่งโณภูฏัพพะทั้งหลาย ซึ่งเรื่องราวทั้งหลาย
และทรงรู้ได้มากกว่าสามัญชนทั่ว ๆ ไป ก็ทรงรู้อดีต

รู้อนาคต รู้ปัจจุบัน ยึดยาวกว้างขวาง แต่ว่ารู้เท่าใด
ก็พ้นเท่านั้น ไม่เก็บเอามาเป็นพันธนาการ ผู้พ้น
ไม่คลุกคลีและไม่วนวาย และไม่หลง เพราะฉะนั้น
จึงทรงมีความรู้พ้นอยู่ตลอดเวลา ทั้งปวง เมื่อเรียกเป็น
ศัพท์แสงก็เรียกว่า วิชชาวิมุตติ วิชชาคือรู้ วิมุตติคือพ้น
พูดอย่างธรรมดาก็คือรู้พ้น ไม่ใช่รู้ติด ไม่ใช่รู้ผูกพัน เป็นต้น
แต่เป็นรู้พ้น รู้มากที่สุด รู้ดีที่สุดในโลกที่สุด รู้อนาคตไกลที่สุด
รู้ปัจจุบันทั้งหมด แต่ว่าพ้นหมดไม่มีติดข้อง ไม่มีกังวล
ไม่มีที่จะพันธนาการในเรื่องใด ๆ ทั้งสิ้น เพราะฉะนั้น จึงได้
ทรงพบกับความสุขที่สมบูรณ์ไม่มีบกพร่อง เป็นวิมุตติสุข

อาการของความสุขดังกล่าวมานี้ กล่าวอีกอย่างหนึ่ง
ก็คือ สุญญตา ความว่างนั่นเองคือว่าว่างจากกิเลส ว่าง
จากกองทุกข์ เพราะว่างออกได้ เพราะว่างสัตว์ได้ เพราะว่าง
สงบระงับได้ เพราะว่างรู้พ้น คือไม่รู้หลง ไม่รู้ยึด ทุก ๆ อย่าง
จึงเป็นความว่าง ว่างกิเลส ว่างทุกข์ทั้งหมด ยกเอากาย
ขึ้นมาพูดก็คือกายว่าง ยกเอาวาจาขึ้นมาพูดก็คือวาจาว่าง
ยกเอาใจจิตขึ้นมาว่าจิตว่างจิตว่าง กาย วาจา จิตใจว่าง
ว่างกิเลสในกองทุกข์ทั้งหมด ว่างด้วยความรู้พ้น ไม่ใช่ว่าง
ด้วยความไม่รู้ หรือความรู้หลง แต่ว่าว่างด้วยความรู้พ้น
ดังนี้ ดูว่าจิตว่างหรือจิตว่าง หรือว่าความว่างอันเป็นสุญญตา
เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้ทรงแสดงทางให้บรรลู่ถึง
ความว่างดังกล่าว ตั้งต้นแต่ การปฏิบัติตน ไม่ให้คลุกคลี

อยู่ด้วยบุคคล หรือว่าอยู่ด้วยรูป เสียง กลิ่น รส
โผฏฐัพพะเรื่องราวที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจ หรือว่า
ที่ไม่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจ อันความคลุกคลีอยู่ด้วย
เรื่องราวหรือด้วยบุคคลดังกล่าวมานี้ไม่ใช่หมายความว่า
ว่าอยู่กับใคร ๆ ไม่ได้ อยู่ในบ้านในเมืองไม่ได้ แต่
หมายความว่าความรู้สึกที่จะปฏิบัติทำจิตใจให้รู้จักออก
ให้รู้จักสงัด ให้รู้จักสงบระงับ ให้รู้จักปล่อยวางรู้พิน
นั้นเอง เมื่อเป็นดังนี้แล้ว แม้จะอยู่ในบ้านอยู่ในเมือง อยู่
ในป่า อยู่ในที่ไหนก็ตาม ตลอดจนถึงมาประชุมกันฟังธรรม
ปฏิบัติธรรมในที่นี้ ก็มาอยู่ด้วยกันจำนวนมาก ดังนี้ไม่ได้เรียก
ว่าคลุกคลี เพราะว่าไม่ได้เป็นการมาก่อกิเลส ก่อกองทุกข์
อย่างใด ๆ ทั้งสิ้น มาร่วมกันฟัง มาร่วมกันปฏิบัติธรรมะ เพื่อ
ที่จะออก เพื่อที่จะสงัด เพื่อที่จะสงบระงับ เพื่อที่รู้พิน
ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ดังนี้ไม่ใช่คลุกคลี แต่ที่เรียก
ว่าคลุกคลี มีบุคคล มีหมู่คณะ มีสิ่งทั้งหลายนั้น หมายความว่า
ว่าคลุกคลีในทางสร้างกิเลสและกองทุกข์ให้เกิดขึ้น ในทาง
ต่าง ๆ ดังนี้ เพราะฉะนั้น พระพุทธเจ้าจึงได้ทรงสั่งสอน
ให้ปฏิบัติเว้นการคลุกคลีดังกล่าว โดยที่ได้ทรงแสดงชี้ให้เห็น
ว่า บรรดาสิ่งทั้งหลาย ยกตัวอย่างเช่น รูป อันหมายรวมถึง
กลิ่น เสียง รส โผฏฐัพพะ ถึงธรรมะคือเรื่องราวทั้งปวง ซึ่ง
ประสบพบพาน ทางตา หู จมูก ลิ้น กาย และมนะคือใจ
ยกเอารูปขึ้นมาเป็นตัวอย่าง ซึ่งมีความยินดีติดอยู่ รูปที่

ยินดีติดอยู่เหล่านี้ ซึ่งจะไม่เป็นเหตุให้เกิดความโศก
ความปริเทวะ ความไม่สบายกาย ความไม่สบายใจ
ความคับแค้นใจ นั้นหาไม่มี เพราะเหตุว่า รูปทั้งปวง
นั้นจะต้องแปรปรวนเปลี่ยนไปเป็นอย่างอื่น ฉะนั้น เมื่อ
มีความผูกพันยินดีติดอยู่ ครั้นสิ่งที่ผูกพันนั้นแปรปรวน
เปลี่ยนแปลงไป จึงต้องมีความทุกข์ต่าง ๆ จึงไม่พ้นทุกข์
ไปได้ ดังนั้น จึงไม่ควรที่จะคลุกคลี ผูกพัน หัดปฏิบัติที่จะ
นำจิตใจออกไปได้ สงัดได้ สงบระงับได้ และข้อสำคัญนั้น
ให้รู้จักทำใจ ให้รู้พ้น ให้รู้ปล่อย ให้รู้ว่าง ได้ตามสมควร
และเมื่อเป็นดังนี้แล้ว จึงจะได้พบกับสุญญตาคือความว่าง
ดังที่กล่าวมานั้น อันเป็นเหตุให้บังเกิดความสุขที่แท้จริง
สุดแต่ที่จะปฏิบัติได้เพียงไร

พระบรมศาสดาเองก็ได้ทรงเข้าถึงสุญญตาคือความว่าง
นี้ เพราะไม่ทรงใส่พระทัยถึงนิमितอะไร ๆ อันหมายความว่า
ถึงจะได้ทรงเห็นอะไร ทรงได้ยินอะไร เป็นต้น ซึ่งรูป ซึ่งเสียง
เป็นต้น แต่ก็ไม่ผูกพันยึดถือทั้งหมด หรือว่ายึดถือบาง
ส่วนว่าเป็นอย่างนั้นว่าเป็นอย่างนี้ เมื่อเป็นดังนี้ สิ่งที่
ได้เห็น สิ่งที่ได้ยินนั้น ก็พ้นไป ๆ พระองค์จึงอยู่กับ
สุญญตาคือความว่าง และเมื่อว่างก็เลส ว่างยินดี ว่าง
ยินร้าย ว่างความยึดถือ ก็เป็นว่าว่างความทุกข์ด้วย
เพราะฉะนั้น จะมีใครมาเฝ้าก็ตาม จะเป็นบริษัท ชัตติยบริษัท
พราหมณ์บริษัท แพศย์บริษัท ศูทรบริษัท ใคร ๆ ก็ตาม



ทรงแสดงธรรมะสั่งสอน ธรรมะที่ทรงสั่งสอนทั้งปวงนั้นจะเป็นข้อไหน บทไหนก็ตาม จึงเป็นนิยานิកธรรม ธรรมะที่นำออกทั้งหมด ออกจากกิเลส ออกจากกองทุกข์ทั้งหมด ไม่มีที่จะสั่งสอนนำเข้ามาสู่กิเลส สู่กองทุกข์ เพราะว่าพระองค์ทรงอยู่ด้วยสัพพัญญุตญาณแห่งความว่าง เพราะไม่ใส่ใจในนิमितทั้งหมด ตลอดเวลา ก็ทรงอยู่ด้วยความรู้พื้น ดังที่ตรัสแสดงนั้น เพราะฉะนั้น จึงได้ทรงสั่งสอนต่อไปว่า เมื่อต้องการจะเข้าถึงสัพพัญญุตญาณคือความว่างดังนี้ ก็ให้ปฏิบัติ ทำจิตให้ตั้งมั่นอยู่ในภายใน ให้นั่งสงบอยู่ในภายใน และในการปฏิบัติดังนี้ จะปฏิบัติทางสติปัฏฐานข้อใดข้อหนึ่งก็ได้ทั้งนั้น เพราะเมื่อมาตั้งสติกำหนดในสติปัฏฐาน ในกาย ในเวทนา ในจิต ในธรรม ทุกข้อทุกบท ย่อมเป็นการปฏิบัติที่ทำจิตให้ตั้งสงบอยู่ในภายในทั้งนั้น ให้มีอารมณ์อันเอก คืออันเดียวผุดขึ้นเท่านั้น คือให้ใจเป็นหนึ่งเท่านั้น เพราะฉะนั้น เมื่อได้ดังนี้แล้ว ก็จะได้สัพพัญญุตญาณขึ้นไปโดยลำดับ และเมื่อได้สมาธิที่ดีขึ้น ๆ ก็จะได้ขึ้นไปจนถึงชั้นฌานโดยลำดับ

ธรรมะบางตอน โดย
สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช
สกลมหาสังฆปริณายก
จากหนังสือ

- ๖๐ ปี สมเด็จพระญาณสังวร
- อนุสรณ์ นายวิริยะ ณศีลวันต์
- ธมฺโม ปทีโป

(อนุสรณ์งานพระราชทานเพลิงศพ คุณหญิงไชศรี ณศีลวันต์)

ผู้เป็นพุทธศาสนิกชน ทั้งคฤหัสถ์ และทั้งบรรพชิต และเมื่อภาวนาว่าพุทโธด้วยความรู้ว่าเป็นท่านผู้รู้แล้ว และก็น้อมเอาพระพุทโธคือผู้รู้แล้วนี้มาสู่จิตใจ ให้ตั้งอยู่ในจิตใจ ซึ่งจิตใจนี้ก็เป็นธาตุรู้ คือจิตใจของทุกคนนั้นต่างเป็นธาตุรู้ อยู่ด้วยกันทั้งนั้น สามารถที่จะรู้อะไร ๆ ได้ สามารถที่จะรู้ตามพระพุทโธเจ้าได้ และเมื่อน้อมมาถึงจิตใจซึ่งเป็นธาตุรู้ ความรู้ในธาตุรู้ของทุก ๆ คนนี้ ก็จะออกมารับพุทโธซึ่งเป็นพระผู้รู้ เมื่อพระอาจารย์แสดงธรรมก็ให้รู้สึกเหมือนอย่างว่า พระพุทโธเจ้าซึ่งเป็นพระผู้รู้เสด็จมาแสดงธรรม เพราะพระอาจารย์ที่มาแสดงธรรมนั้นก็แสดงตามที่พระพุทโธเจ้าได้ทรงสั่งสอนเอาไว้แล้ว และที่ท่านอาจารย์เองก็ได้ปฏิบัติและก็ได้รู้ตามมากหรือน้อยตามควรแก่ความปฏิบัติ

แต่แม้ยังไม่รู้ด้วยตนเอง ก็นำเอาหลักธรรมอันถูกต้องนั้นมาแสดง ดังเช่นที่แสดงถึงว่าพระพุทโธเจ้าตรัสรู้อริยสัจจ รู้จักทุกข์ รู้จักเหตุเกิดทุกข์ รู้จักความดับทุกข์ รู้จักทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ได้รู้จักทุกข์นั้น ก็ได้ตรัสสั่งสอนให้รู้จักชั้น ๕ หรือนามรูปกายใจอันนี้เองว่าเป็นตัวทุกข์

เพราะเป็นสิ่งที่ทนอยู่คงที่ไม่ได้ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป เพราะฉะนั้น เมื่อนามรูปนี้เกิด จึงต้องมีแก่ มีเจ็บ มีตาย

และเพราะยังมีสมุทัยตัวเหตุให้เกิดทุกข์ คือตัวต้นหาความดิ้นรนทะยานอยากของใจ อยากจะได้สิ่งนั้นสิ่งนี้บ้าง อยากจะเป็นนั้นเป็นนี้บ้าง อยากที่จะให้สิ่งที่ไม่ชอบภาวะที่ไม่ชอบสิ้นสุดไปหมดบ้าง คราวนี้เมื่อไม่ได้ตามปรารถนาจึงบังเกิดทุกข์ใจต่าง ๆ ต้องมีการเศร้าโศกร้องไห้เสียใจ ต้องมีการประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก ต้องมีการพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ต้องมีความปรารถนาไม่สมหวัง เป็นความทุกข์ใจต่าง ๆ และแม้เมื่อได้ตามปรารถนา มีความดีใจ แต่ว่าสิ่งที่ได้นั้นก็เป็นสิ่งที่ต้องสิ้นไปหมดไป และแม้ว่าจะยังมีเหลืออยู่ ชีวิตนี้ก็ต้องสิ้นไปก่อน ของทั้งหลายที่มีอยู่ก็ตกเป็นของผู้อื่นต่อไป เพราะฉะนั้น ขึ้นชื่อว่าเป็นนามรูปแล้ว มีชาติคือความเกิดขึ้นมาแล้ว ต้องมีแก่ มีเจ็บ มีตาย ต้องมีความทุกข์โศกต่าง ๆ และก็ต้องเกิดอีก เषชัญความทุกข์ต่าง ๆ อยู่ร่ำไป เพราะยังมีต้นหาความดิ้นรนทะยานอยากดังกล่าวเป็นตัวทุกข์สมุทัยอยู่

เมื่อเราทั้งหลายได้ฟังธรรมที่พระพุทธเจ้าได้ทรงสั่งสอน นำเข้ามาใส่ใจจิตใจซึ่งเป็นธาตุรู้ ให้ธาตุรู้ในจิตใจนี้ออกรับ ออกรับฟังตามที่ทรงสั่งสอน และหัดทำสมาธิในการฟัง คือเพ่งใจลงไปที่ธรรมท่านสอนอันนี้ ที่พระอาจารย์ได้นำมาสั่งสอนต่อ ๆ กันมา เพ่งใจมาตรวจตราดูตามที่ทรงสั่งสอน

เหมือนอย่างเป็นกระจกเงานำมาส่องดูเงาหน้าของตัวเอง ก็
จะมองเห็นนามรูปในตัวเอง จะมองเห็นทุกขสังขจะ สภาพ
ที่จริงคือทุกขในตนเอง เพราะตนเองทุกคนนั้นมีนามรูป ซึ่ง
ต้องมีแก่ มีเจ็บ มีตาย ตั้งต้นแต่เกิดมา เป็นวิปริณามธรรม
ธรรมะที่มีความเปลี่ยนแปลงไป ไม่มีที่สิ้นสุด ไม่มีหยุดยั้ง
ทุกขณะวินาทีเปลี่ยนแปลงไปอยู่เสมอไม่มีหยุด แม้จะมี
ความปรารถนาซึ่งเป็นตัวตันทา อันเป็นการฝืนคติธรรมดา
ดังกล่าวนี้ ก็ไม่สามารถจะฝืนได้ ย่อมไม่สำเร็จสมความ
ปรารถนา จึงต้องมีความทุกข์โศก มีอาลัยต่าง ๆ เพราะฉะนั้น
ชาวโลกทุกคนจึงมีหัวเราะ มีร้องไห้ สลับสับเปลี่ยนกันไป
เพราะฉะนั้น เมื่อจิตใจออกับดังนี้ ตามที่พระพุทธเจ้าทรง
สั่งสอน เพ่งดูที่คำสั่งสอนของท่านอาจารย์ ของพระพุทธเจ้า
แล้วนำมาตรวจตราดูที่ตนเอง เอาใจของตัวเองออกตรวจตรา
ออกับ ใจเป็นธาตุรู้ก็จะมองเห็น จะเห็นนามรูปของตนเอง
จะเป็นความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปของตนเอง ได้เห็นความ
เกิดดับของนามรูปที่ตนเอง

อันทุก ๆ คนนั้น ปกติมักจะเห็นแต่เกิด แต่ไม่เห็นดับ
และเมื่อเห็นแต่เกิด ยังมีตัณหายึดอยู่ในสิ่งที่เกิดนั้นไม่ให้ดับ
แต่แม้ว่าจะยึดไว้ไม่ได้ก็ยังยึดติดอยู่นั่นเอง เพราะฉะนั้นเมื่อ
สิ่งใด ๆ ต้องดับไป จึงต้องมีความโศกเศร้าเสียใจอาลัย น้อย
หรือมาก ยึดมากก็โศกมากทุกข์มาก ยึดน้อยก็โศกน้อย
ทุกข์น้อย เป็นอยู่ดังนี้ แม้จะรู้อย่างละไม่ได้ก็ยังยึดติด

เพราะเหตุว่ายังไม่ได้ความรู้ที่ยังลง คือจิตใจยังขาดความ
เพ่งพินิจในสิ่งจะเป็นความจริง เพราะฉะนั้น หากมีความเพ่ง
พินิจอย่างจริงจังในธรรมะที่สอนที่ฟัง และที่ตนเอง คือที่
นามรูปของตนเอง ก็จะพบความเกิดดับของนามรูปนี้
ในตนเองที่มีอยู่ทุกขณะ ไม่ได้เห็นแต่เกิดเท่านั้น และเห็น
เกิดดับพร้อมกันเมื่อใดในอารมณ์ทั้งหลายที่ประสบพบพาน
ก็ชื่อว่าได้เห็นธรรมเมื่อนั้น

เพราะฉะนั้น ในข้อนี้สำคัญมาก เรื่องของการปฏิบัติ
จึงอยู่ที่ว่า จะต้องเห็นดับพร้อมกันกับเห็นเกิด และต้องให้
เห็นที่เป็นตัวปัญญา คือเป็นญาณที่ยังรู้จริง ๆ อันบังเกิด
มาจากความเพ่งพินิจของใจคือสมาธิ สมาธิที่เพ่งอย่างแนบ
แน่นเพื่อปัญญา ไม่ใช่เป็นสมาธิเพื่อยุ่เฉย ๆ แต่เป็นสมาธิ
เพื่อปัญญา เพ่งเพื่อยุ่เพ่งให้จริงจัง ให้แนบสนิท เหมือนอย่าง
เอากะจกเงา คือคำสอนของพระพุทธเจ้ามาส่องดูหน้าของ
ตัวเอง คือดูหน้าของตัวเองให้เห็นตาเห็นจมูกเห็นปาก เห็นตา
ที่หลับเห็นตาที่ลืม เห็นอาการของตา ของปาก ของจมูก ที่
เป็นไปต่าง ๆ สิ่งเหล่านี้เป็นสิ่งที่ปรากฏตัวเองอยู่ทุกขณะแล้ว
เหมือนอย่างตะโกนบอกอยู่ทุกขณะว่า เราไม่เที่ยง เราเป็นทุกข์
เราเป็นอนัตตา แต่คนที่ขาดความเพ่งพินิจ ขาดปัญญานั้น
เหมือนอย่างคนหูหนวกตาบอด แม้นามรูปจะตะโกนบอก
ตัวเองอยู่ว่า เราไม่เที่ยง เราเป็นทุกข์ เราเป็นอนัตตา เรา
ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป แต่คนตาบอดหูหนวกนั้นก็



มองไม่เห็น ฟังไม่ได้ยินเพราะขาดฉานคือความเพ่งพินิจ คือสมาธินั่นเอง ที่เพียงพอ และขาดปัญญาที่ยังรู้ตามมา

เพราะฉะนั้น เมื่อใดได้มาปฏิบัติให้มีศีลเป็นภาคพื้น เช่น ศีล ๕ และให้ได้สมาธิคือความเพ่งพินิจด้วยใจที่นามรูป ตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน ตามที่พระอาจารย์สั่งสอน ความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงของนามรูปที่เกิดขึ้นก็จะปรากฏตัวขึ้น เหมือนอย่างมาบอกว่าเราเกิดอย่างนี้ เราดับอย่างนี้ ดูอยู่ที่นี้ เห็นอยู่ที่นี้ ก็จะมองเห็น และเมื่อมองเห็นเกิดเห็นดับของนามรูปพร้อมกัน ได้อารมณ์ทั้งหลายทุกขณะแล้ว ก็ชื่อว่าได้ดวงตาเห็นธรรม จะเป็นชั่วครั้งชั่วคราวที่ปฏิบัติ หรือว่าจะเห็นตลอดไปก็ตาม แต่เมื่อปฏิบัติได้สมาธิที่แน่นแฟ้น เพ่งพินิจดู ได้ปัญญาที่เป็นความหยั่งรู้ลงไป ที่นามรูป ที่ตัวเอง ที่ใจตัวเอง อย่างจริงจังแล้ว ความปรากฏขึ้นของคติธรรมดาดังกล่าวนี้อันนี้จะปรากฏ อันนี้แหละเป็นสังขธรรม ธรรมะคือความจริง เมื่อเห็นสังขก็คือความจริงนี้เมื่อใด ก็ชื่อว่าเห็นธรรม และชื่อว่าเห็นพุทธะคือพระผู้ตรัสรู้ เมื่อนั้นจะมีความรู้สึกเป็นปัญญาเป็นศรัทธาขึ้นมาทันทีว่า โอหนอพระพุทธเจ้า! โอหนอพระธรรม! โอหนอพระสงฆ์! อย่างชัดเจน

เพราะฉะนั้น ในบัดนี้เราทั้งหลายได้มีพระอาจารย์ซึ่งเป็น ผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบสืบต่อกันมาจนถึงบัดนี้ แต่พระพุทธเจ้า ยังไม่สิ้น ท่านผู้รู้ธรรมท่านผู้เห็นธรรม แม้พระพุทธเจ้าและ

พระพุทธศาสนาจะได้เสด็จดับขันธปรินิพพานล่วงมานานเท่าไรก็ตาม ตราบใดที่ยังมีมรรคมือองค์ ๘ ยังเป็นไปอยู่ในโลก และตราบใดที่พระพุทธศาสนาอันเป็นคำสั่งสอนนี้ยังดำรงอยู่ ยังมีผู้ปฏิบัติตามในมรรคมือองค์ ๘ อยู่ ย่นย่อลงในศีล สมาธิ ปัญญา พระพุทธเจ้าก็ตรัสเอาไว้ว่า โลกก็จะยังไม่ว่างจากสมณะที่หนึ่ง จากสมณะที่สอง จากสมณะที่สาม จากสมณะที่สี่ เพราะฉะนั้นจึงกล่าวได้ว่า โลกก็ยังไม่ว่างจากพุทธโอ เพราะฉะนั้น แม้ว่าเราทั้งหลายผู้ที่เลือกปฏิบัติยังภาวนาพุทธโอ ก็เป็นอันว่าได้มีบทภาวนาอันสำคัญยิ่ง อันบริสุทธิ์ยิ่ง และเมื่อมีความรู้คำว่าพุทธโอ ได้ทราบธรรมะของพระพุทธโอที่สั่งสอน และปฏิบัติให้มีสมาธิเพ่งพินิจให้แน่วแน่ขึ้น โดยมีศีลเป็นภาคพื้นเพื่อปัญญา ก็จะได้ปัญญาคือความหยั่งรู้ในสัจจะที่เป็นตัวความจริง ซึ่งพระพุทธเจ้าตรัสรู้เองและได้ทรงสั่งสอนไว้ตามควรแก่ความปฏิบัติ

เราทั้งหลายได้สร้างพระพุทธรูปขึ้นก็เพื่อให้เป็นพุทธานุสสติ ระลึกถึงพระพุทธเจ้า ระลึกถึงคุณของพระพุทธเจ้าน้อมนำไปปฏิบัติในพระธรรมที่เป็นคำสั่งสอน เพื่อให้เข้าหมู่แห่งพระสงฆ์ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติดี และในบัดนี้ เราก็น่าจะมีพระสงฆ์ซึ่งเป็นผู้ปฏิบัติดี ซึ่งสามารถที่จะแสวงหาฟังคำสอนและปฏิบัติตามเพื่อให้ประสบผลที่ต้องการ คือความเห็นธรรมอันเป็นเครื่องนำกิเลสและกองทุกข์ออกไปได้ตามสมควรแก่ความปฏิบัติ แต่ขอให้เราทั้งหลายรู้จักฟังให้ถูกต้อง รู้จัก



ปฏิบัติให้ถูกต้อง ให้เข้าทางมรรคมืองค์ ๘ ให้เข้าทางศีล
สมาธิปัญญา ก็จะต้องประสบผลที่ถูกต้องอย่างแน่นอน
เพราะว่าผลนั้นต้องเกิดมาจากเหตุ เมื่อปฏิบัติในเหตุที่ถูกต้อง
แล้ว ก็จะได้รับผลอันถูกต้อง...



มหาสติปัฏฐานสูตร

...จิตใจนี้ มีอารมณ์และกิเลสพอกพูนอยู่เป็นอัน
มาก...

ฉะนั้น จึงมีพระพุทธภาสิตตรัสสอนให้คอยพิจารณา
จับวิตก คือ ความคิดปรุงของจิต และให้รู้ ถ้าคิดปรุงไป
ในทางอกุศลก็ให้รู้ คิดปรุงไปในทางกุศลก็ให้รู้ คิดปรุงไป
ในทางอกุศลนั้นคือ คิดปรุงไปในทางกามบ้าง คิดปรุงไป
ในทางพยาบาทปองร้ายผู้อื่นสัตว์อื่นบ้าง คิดปรุงไปในทาง
เบียดเบียนบ้าง ถ้ามีความคิดปรุงไปดังนี้ ก็ให้รู้ว่าเป็น
อกุศลวิตกข้อนี้บังเกิดขึ้น และให้รู้ว่าอกุศลวิตกนี้มีโทษ ทำ
ให้จิตใจเดือดร้อนไม่สงบ เมื่อมีความรู้อยู่ดังนี้ อกุศลวิตก
นั้น ๆ ก็จะสงบไปได้ และถ้ากุศลวิตกบังเกิดขึ้น คือ คิดปรุง
หรือปรุงคิดไปในทางดี อันเป็นความคิดเป็นไปในทางออก
จากเครื่องพัวพันทั้งหลาย คิดไปในทางไม่พยาบาทปองร้าย
คิดไปในทางไม่เบียดเบียน เช่น คิดไปในทางที่จะเกื้อกูลให้
เกิดความสุข ก็ให้รู้ว่าบัดนี้กุศลวิตกบังเกิดขึ้น กุศลวิตกนี้
บังเกิดขึ้นเป็นความคิดที่ดี ไม่ก่อให้เกิดทุกข์เดือดร้อน แต่
ว่าก็ให้ทำความรู้ด้วยว่า แม้เป็นกุศลวิตกคือความคิดไปใน

ทางดี เป็นกุศล ถ้าคิดนานเกินไป คิดมากเกินไป ก็ทำให้ร่างกายเหน็ดเหนื่อย ทำให้จิตใจเหน็ดเหนื่อยให้ฟุ้งซ่านขึ้นได้

เพราะฉะนั้น ก็ให้ทำสมาธิ คือหยุดความคิดแม้ที่เป็นกุศล แต่ตั้งจิตให้เพ่งอยู่ในอารมณ์คือเรื่องอันเดียว ดังที่เรียกว่าทำสมาธิ เมื่อจิตตั้งมั่นก็จะไม่หวั่นไหวไปในอารมณ์ทั้งหลาย ตามกำลังของความตั้งมั่นแห่งจิต และเมื่อจิตมีความตั้งมั่นไม่หวั่นไหวดังนี้ ก็ไม่ติดอยู่ในความตั้งมั่นของจิตนี้ เพราะว่าความติดอยู่ก็เป็นสังขารขึ้น คือเป็นความปรุงขึ้น และเมื่อเป็นความปรุงขึ้น ก็จะต้องมีความเกิด ความดับ ฉะนั้น ก็ให้ไม่ยึดมั่นอยู่ในความตั้งมั่นของจิตนั้น แต่ให้มีความรู้ อยู่ เป็นความรู้ปล่อยรู้วาง และก็อยู่กับความรู้ปล่อยรู้วางนี้ นี่เป็นทางปฏิบัติอย่างสะดวกทางหนึ่ง คือปฏิบัติในทางแห่งสมาธิกับปัญญาประกอบกัน สมาธิ ก็คือทำจิตให้ตั้งมั่นไม่หวั่นไหวไปในอารมณ์ ปัญญา ก็คือทำความรู้ว่าแม้สมาธิก็เป็นสังขารคือความปรุงอย่างหนึ่งที่จะต้องมีการเกิดมีดับ เมื่อติดอยู่ในสมาธิก็เป็นความติดอยู่ในสังขาร เพราะฉะนั้น จึงไม่ยึดถือ แต่ปล่อยวาง ทำความรู้อยู่กับความรู้ปล่อยวางนี้ ดังนี้ ก็เป็นการปฏิบัติทางปัญญา และการปฏิบัติทางปัญญานี้ เมื่อแสดงตามหลักอริยสัจจ์ ก็คืออบรมความรู้ในทุกข์ ในเหตุเกิดทุกข์ ในความดับทุกข์ ในทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์...

...ทุกข์ตามที่พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงชี้ให้เห็นนี้ เป็นการชี้ลักษณะของทุกข์ทั้งสองอย่างประกอบกัน คือทุกข์ที่เป็นความทนอยู่ไม่ได้ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป และทุกข์ที่เป็นตัวทุกข์เวทนา คือความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ...

...เพราะฉะนั้น การพิจารณาให้เห็นทุกข์สัจจะ สภาพที่จริงคือทุกข์ ก็จำที่จะต้องใช้ปัญญา เจาะแทงเครื่องปกปิดเหล่านี้ลงไปให้เห็นความเกิด ความดับ ที่มีอยู่ทุกขณะเป็นปัจจุบัน และให้เห็นว่าความสุขที่ปรากฏนั้นเป็นเพียงความแก้ทุกข์ไปคราวหนึ่ง ๆ เท่านั้น หาใช่เป็นความสุขที่แท้จริงไม่ และเพราะชีวิตนี้เป็นสิ่งที่เกิดดับ จึงไม่เที่ยง เป็นสิ่งที่เต็มไปด้วยทุกข์ จึงเป็นทุกข์ และไม่ควรเป็นสิ่งที่พึงยึดถือว่าเป็นเรา เป็นของเรา เป็นตัวตนของเรา โดยเป็นสาระเป็นแก่นสาร จึงเป็นอนัตตา

ความพิจารณาลงไปให้อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ปรากฏขึ้นดังนี้ เรียกว่าเป็นการพิจารณาให้เห็นทุกข์สัจจะ สภาพที่จริงคือทุกข์ โดยมีชาติ ความเกิด ชรา ความแก่ มรณะ ความตาย ดังกล่าวนี้อะไรเป็นเครื่องนำความคิดพิจารณา และผู้ที่เห็นทุกข์ดังนี้ ก็จะเป็นผู้ที่พ้นทุกข์ ไม่ใช่ผู้ที่เป็นทุกข์ เพราะจะทำให้ไม่ยึดถือ ทำให้เป็นผู้ที่อยู่เหนือทุกข์ แต่ไม่ใช่เป็นตัวทุกข์...

อบรมจิตให้ปฏิบัติในศีล สมาธิ ปัญญา

จิตนี้ต้องอบรมจึงจะเป็นประโยชน์ และจะพบความสุขอย่างประณีตอันเหนือความสุขที่เคยได้รับ พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงธรรมโดยตรงก็เพื่ออบรมจิต แม้การปฏิบัติใน ศีล เมื่อปฏิบัติใหม่ ๆ ย่อมจะกระวนกระวาย แต่เมื่อได้ปฏิบัติจนศีลหยั่งรากลงในจิต ศีลก็อบรมจิตให้มีความสงบ และจิตนี้จะขาดศีลเสียมิได้ เมื่ออบรมใน สมาธิ ก็เช่นเดียวกัน ในขั้นแรกจิตจะไม่ยอมเป็นสมาธิ จะดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย แต่เมื่อสมาธิได้หยั่งรากลงในจิต จิตก็จะต้องการสมาธิ จะขาดสมาธิเสียมิได้ ปัญญา คือความรู้ ก็เช่นเดียวกัน ในขั้นแรกจิตจะมีดมัวไม่มองเห็นสัจจะคือความจริง แต่เมื่ออบรมปัญญาอยู่บ่อย ๆ ปัญญาจะหยั่งรากลง จิตก็จะต้องการปัญญาคือต้องการความรู้ จะขาดปัญญาคือความรู้เสียมิได้ จิตที่มีศีล สมาธิ ปัญญา หยั่งรากลง ต้องการศีล สมาธิ ปัญญา อยู่เช่นนี้ ก็จะได้พบผล คือ สันติ ความสงบ หรือ วิมุตติ ความหลุดพ้น อันสันติ ความสงบ หรือ วิมุตติ ความหลุดพ้นนี้ ไม่ใช่เป็นธรรมอันสุดเอื้อมอันสามัญชนไม่ได้ไม่ถึง แต่ว่าเป็นธรรมที่ผู้ปฏิบัติจะได้จะถึงอยู่ทุกเวลาตามภูมิตามขั้น เพราะเมื่อได้ปฏิบัติอยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา ก็ย่อมจะได้พบกับสันติคือความสงบใจและวิมุตติคือความหลุดพ้น...

...เมื่อมีความชำนาญในสมาธิ จะอยู่เฉย ๆ สบาย ๆ

ดังนั้นนรกเท่าไรก็ได้ แต่ว่าก็ไม่บังเกิดผลทางปัญญา
แต่อย่างใด เมื่อติดอยู่ด้วยความสุขในสมาติดังนี้ ก็
กลายเป็นอุปกิเลส เป็นนิเวรณ เป็นเครื่องกั้นไว้ไม่ให้
เกิดปัญญาดังกล่าว เพราะฉะนั้น ท่านจึงต้องการให้มี
สมาธิเป็นบาท คือให้เป็นที่ตั้ง เหมือนอย่างเป็นเท้าสำหรับ
ที่จะดำเนินเข้าสู่ปัญญาซึ่งเป็นตัวความรู้...

...ว่าถึงรูปขันธ์ เห็นได้ชัด ที่ต้องถูกความสิ้นไปเสื่อมไป
เบียดเบียนอยู่ตลอดเวลา ข้ายังแถมถูกเครื่องแวดล้อม เป็นต้น
ว่า ดินฟ้าอากาศและกรรมของบุคคลด้วยกันเองเบียดเบียน
อีกด้วย นามขันธ์ คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ มี
ความสิ้นความเสื่อมไปที่มีอยู่ประจำตลอดเวลาเบียดเบียนอยู่
ตลอดเวลาเช่นเดียวกัน...

เพราะฉะนั้น เมื่อบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้
ต้องถูกเบียดเบียนอยู่เช่นนี้ตลอดเวลา จึงเป็นอนัตตา มิใช่
ตัวตน เพราะถ้าเป็นอัตตาคือตัวตนแล้วไซ้ ก็จะต้อง
บังคับให้เป็นไปตามปรารถนาได้

กาย เวทนา จิต ธรรม

กระแสของธรรมนั้นคือกระแสของความจริงที่พระ
พุทธเจ้าได้ตรัสรู้และได้ทรงแสดงสั่งสอน กระแสของความจริง

นี่ก็เป็นความจริงภายในตนเองนี่เอง กระแสของธรรมซึ่งมีอยู่ภายในตนเองนี้ก็มีอยู่ที่กายและใจอันนี้ ไม่ใช่มีอยู่ในที่อื่น โดยปริยายคือทางอันหนึ่ง ทุก ๆ คนย่อมมีกาย มีเวทนา มีจิต และมีธรรม

กาย ก็คือรูปกายอันนี้ ที่ประกอบขึ้นด้วยธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม อันเป็นวัตถุซึ่งเรียกว่าเป็น มหาภูตรูป คือเป็นรูปที่เป็นส่วนใหญ่ ประกอบด้วยรูปที่เป็นส่วนละเอียดต่าง ๆ เช่น ประสาททั้งห้า มีจักขุประสาท ประสาทตา โสตประสาท ประสาทหู เป็นต้น ประกอบด้วยชีวิต นี้เรียกว่าเป็น กาย

เวทนา เมื่อเป็นกายที่ประกอบด้วยชีวิตดังนี้ ก็ย่อมมีเวทนา คือความรู้สึกเป็นสุข เป็นทุกข์ หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ ไม่สุข นี้เรียกว่า เวทนา

จิต คือธรรมชาติที่มีความรู้ มีความคิด ที่อาศัยอยู่ในกายอันนี้ ดังที่เรียกกันว่า จิตใจ ซึ่งทุก ๆ คนมีอยู่และย่อมจะรู้จิตใจของตนเองอยู่เสมอ ว่ามีความคิดอย่างไร และมีอาการอย่างไร นี้เรียกว่า จิต

ธรรม ธรรมหมายถึงส่วนประกอบที่ประกอบอยู่กับจิต เป็นส่วนชั่วเรียกว่าอกุศลธรรมก็มี เป็นส่วนดีเรียกว่ากุศลธรรมก็มี เป็นส่วนกลาง ๆ เรียกว่า อัปยาคตธรรมก็มี นี้เรียกว่า ธรรม

กาย เวทนา จิต ธรรม นี่จึงเป็นส่วนที่ทุกคนมีอยู่ และทั้งสี่นี้ก็ย่อมมีกระแสคือความเป็นไป ความเป็นไปของกาย

ของเวทนา ของจิต ของธรรม ดังกล่าวนี โดยปริยายคือ ทางอันหนึ่งก็คือ *ความเกิด ความดับ* ซึ่งมีอยู่เสมอตลอดเวลา และอีกอย่างหนึ่งก็คือ กระแสของจิตใจที่ปรารถนาและยึดถืออยู่ในกาย เวทนา จิต ธรรมนี้ ดังเช่นปรารถนาให้กาย สวยงาม ไม่เจ็บ ไม่แก่ ดำรงอยู่เสมอ ปรารถนาให้เวทนา เป็นสุขเวทนาอยู่เสมอ คือต้องการสุข ปรารถนาให้จิตใจ เป็นจิตใจที่สมประสงค์อยู่เสมอ อยากจะได้อะไรก็ต้องการ ที่จะให้ได้ดังใจ และปรารถนาที่จะให้พบเรื่องที่พอใจที่ชอบใจ อยู่เรื่อย ๆ เช่น ต้องการที่จะพบแต่สิ่งที่เรียกว่า เป็นลาภ เป็นยศเป็นสรรเสริญ เป็นสุข ที่จะมาเป็นอารมณ์ คือเป็น เรื่องที่ปรารถนาพอใจ และก็มีคามยึดถืออยู่ในสิ่งเหล่านี้ จึงได้กลายเป็นจวิต คือคิดเป็นอหยาศัย เป็นนิสัยขึ้น ที่ทำให้ต้องการแต่ความสวยงามของร่างกาย ไม่ชอบแก่ ไม่ชอบเจ็บ ไม่ชอบตาย ต้องการความสุข ต้องการที่จะ ตามใจตนเอง และต้องการสิ่งทั้งหลายที่ใจชอบ จึงกลายเป็น *ตัณหาอุปาทาน* ขึ้น และตัณหาอุปาทานที่เป็นตัวจวิต ดังที่กล่าวมานี้ ก็ซับซ้อนอยู่ ในตัณหาอุปาทานที่ยึดถืออยู่ในกาย เวทนา จิต ธรรม นี้นี้แหละ ว่าเป็นตัวเรา เป็นของเรา เพราะฉะนั้น จึงต้องการที่จะให้สิ่งที่เป็นตัวเรา ของเรา นี้ ไม่แก่ ไม่ตาย สวยงามอยู่เสมอ เป็นสุขอยู่เสมอ ได้ดังใจ อยู่เสมอ พบเรื่องราวอะไรที่ชอบอยู่เสมอ ตัณหาอุปาทาน ดังนี้ ย่อมทำจิตใจให้ปรารถนา ให้ยึดถือ ซึ่งทำให้บังเกิดผล

อีกหลายอย่างสืบเนื่องกันไป เช่น ก่อเจตนาคือความจงใจ ประกอบกรรมต่าง ๆ ออกไป ทางกาย ทางวาจา และแม้ทางใจเองที่จะปรนปรีอความต้องการและความยึดถือนี้เอง เช่น ต้องการไม่แก่ ไม่ตาย ต้องการความสวยงามของร่างกาย ก็ปรนปรีอให้ได้รับผลเช่นนั้น แสวงหาสิ่งต่าง ๆ มาบำรุงร่างกาย เป็นผ้านุ่งห่มบ้าง เป็นอาหารบ้าง เป็นสิ่งต่าง ๆ บ้าง จนร่างกายนี้ใช้ไม่หวั่นไม่ไหว แล้วยังไม่พอ และแสวงหาความสุขต่าง ๆ มาปรนปรีอให้เกิดสุขเวทนา แสวงหาสิ่งต่าง ๆ มาปรนปรีอใจเอง และแสวงหาเรื่องที่ใจชอบต่าง ๆ เมื่อความปรารถนามีมากเพียงไร ก็ทำให้ความดิ้นรนแสวงหามากเพียงนั้น จนถึงไม่เลือกกว่าเป็นทางผิดหรือทางถูก จึงบังเกิดเป็นบาป เป็นอกุศล เป็นทุจริตขึ้น และนอกจากนี้ก็ยังจะต้องประสบกับความไม่สมปรารถนา เพราะการที่จะแสวงหาสิ่งต่าง ๆ มาปรนปรีอความอยาก ความต้องการดังกล่าวนั้น ย่อมไม่สามารถที่จะสมปรารถนาไปทั้งหมดได้ และไม่สามารถที่จะทำให้เพียงพอกับความอยากได้ เหมือนอย่างการหาเชื้อมาใส่ไฟ ที่จะให้เพียงพอ แก่ไฟนั้นหาได้ไม่ ยิ่งหาเชื้อมาใส่ไฟให้มากขึ้นเพียงไร ไฟก็ลุกกองโตขึ้นเพียงนั้น กินเชื้อมากขึ้น ไหม้หมดไปทั้งเมือง แล้วก็ยังไม่พอ ไฟของตัณหาก็คือเป็นฉันนั้น ไม่สามารถจะปรนปรีอให้พอได้ และนอกจากนี้ คติธรรมดา คือ ความเกิดความดับ ซึ่งเป็นอาการที่ไม่เที่ยง ไม่ยั่งยืน ก็ย่อมมีอยู่ใน

สิ่งทั้งหลาย กาย เวทนา จิต ธรรม ซึ่งทุก ๆ คนปรนปรี้ออยู่ ด้วยต้นหาอุปาทานอย่างนักหนาดังกล่าวนี้นี้ก็ย่อมตกอยู่ในคติธรรมตาเช่นนั้น

เพราะฉะนั้น จึงต้องประสบความทุกข์ เดือดร้อน เพราะความปรารถนาไม่สมหวังบ้าง เพราะอกุศลทุจริตต่าง ๆ ทั้งหลายบ้าง และจิตใจเองก็ไม่ได้พบกับความสงบ ซึ่งเป็นความสุขอย่างยิ่ง เพราะฉะนั้นจึงต้องอยู่ด้วยความเศร้าหมอง คือต้นหาอุปาทานซึ่งเป็นตัวกิเลสเครื่องเศร้าหมอง และความทุกข์เดือดร้อนทั้งหลายต้องเป็นตัวกิเลสเครื่องเศร้าหมอง และความทุกข์เดือดร้อนทั้งหลายต้องมีความไม่บริสุทธิ์กาย บริสุทธิ์วาจา บริสุทธิ์ใจ ต้องมีโสกะ ปริเทวะ คือความแหม้งใจ ความคร่ำครวญใจ ต้องมีทุกข์โทมนัสคือความไม่สบายกาย ไม่สบายใจ ต้องตกต่ำ ต้องวนเวียนอยู่ในความทุกข์เดือดร้อนทั้งหลาย

...วิเนยฺย โลกเ อภิชฺฐมาโทมนสฺสํ กัจจิตฺตมยฺนตีความ ยินร้ายในโลกเสีย คือ เมื่อเกิดความยินดีขึ้นก็ดี ความยินร้ายขึ้นก็ดี ก็ให้กำจัดเสีย ดังเช่นเมื่อจับปฏิบัติขั้นแรกก็น่าจะเกิดความยินร้าย เห็นว่าต้องเมื่อยขบในการนั่ง จิตใจก็ไม่เป็นสุข เพราะต้องมานั่งกำหนดอยู่ในการปฏิบัติ ก็แปลว่าก็น่าจะไม่สบายทั้งกายทั้งใจเมื่อปฏิบัติที่แรก นี่ก็ทำให้ยินร้าย ถ้าหากว่าแพ้ต่อความยินร้ายเสียเช่นนี้ ก็ต้องเลิกการปฏิบัติ

การปฏิบัติจะเกิดขึ้นและจะดำเนินไปไม่ได้ หรือว่าเกิดความ
ยินดีในอารมณ์ภายนอกที่ดึงดูดใจออกไปอยู่เสมอ ใจรวมเข้ามา
ก็มี อารมณ์ที่น่ายินดีที่ค้างอยู่ในใจ คอยดึงดูดใจออกไป
ดังนี้ ก็ต้องกำจัด ใจจึงจะรวมเข้ามาเป็นสมาธิได้ แม้
ยินดีในข้อปฏิบัติก็ต้องกำจัดเหมือนกัน เพราะจะทำให้
จิตใจฟุ้งซ่านไปด้วยความยินดี ต้องคอยกำจัดความ
ยินดีในร่ายอยู่ดังนี้ ประคองใจให้เป็นอุเบกขา คือ
เข้าไปเพ่งเฉยอยู่ในการปฏิบัติ...

วิธีนั่งสมาธิ

กระแสนของธรรมนั้นคือกระแสนของธรรม ในคำบรรยาย
อบรมซึ่งชี้เข้ามาถึงกระแสธรรมภายในตน คือ กาย เวทนา
จิต ธรรม ซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้ตั้งสติกำหนดรู้
ก็แหละในการปฏิบัติกรรมฐานนี้ เมื่อได้ทราบธรรมที่เป็น
เครื่องมือในการปฏิบัติ และสถานที่ที่จะพึงใช้ในการปฏิบัติ
ดังที่กล่าวแล้ว ก็พึงทราบต่อไปว่าได้ตรัสสอนให้นั่งคู้บัลลังก์
คือนั่งขัดสมาธิหรือขัดสมาธิ ตั้งกายตรง ดำรงสติมั่น คือ
รวมใจเข้ามา กิริยาที่นั้งนี้เป็นกิริยาที่ใช้การนั่งสมาธิทั่วไป
แต่แม้จะใช้กิริยาในการนั่งอย่างอื่นซึ่งสะดวกแก่ตน เช่น นั่ง
พับเพียบหรือนั่งเก้าอี้ก็ได้ แต่ต้องนั่งตั้งตัวตรง เพราะ
กิริยาที่นั้งตัวตรงนี้ การหายใจเข้า-ออกย่อมเป็นไปสะดวก
และเป็นกิริยานั่งที่ถูกหลักอนามัย เลือดลมเดินสะดวก ก็



ทำให้การปฏิบัติอบรมใจสะดวก และไม่ชวนให้ง่วงได้ง่าย เหมือนอย่างนั่งพิงฝา เพราะว่าเมื่อนั่งพิงก็อาจทำให้สบายเกินไป ทำให้ง่วงได้ง่าย เมื่อได้นั่งให้มีสัปบายะแก่การปฏิบัติอย่างนี้.

หลักปฏิบัติ

ขอกล่าวถึงหลักปฏิบัติพอเป็นเครื่องเตือนให้เกิดความระลึก การปฏิบัตินั้นเรียกว่า

สมถกรรมฐาน ที่ตั้งของการทำงานทางจิตใจ ที่ทำให้จิตใจเกิดความสงบตั้งมั่น อย่างหนึ่ง

วิปัสสนากรรมฐาน กรรมฐานอันเป็นที่ตั้งของการทำงานทางจิตใจ ที่ทำให้เกิดปัญญาเห็นแจ้งตามเป็นจริง อย่างหนึ่ง

ในการปฏิบัติทั้งสองนี้ เบื้องต้นก็พึงตั้งใจถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เป็นสรณะคือที่พึ่ง เพราะได้ปฏิบัติในทางที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงไว้ มิใช่มาปฏิบัติในทางของใครอื่น ฉะนั้นก็ต้องตั้งศรัทธาความเชื่อ ปสาทะความเลื่อมใส ในท่านซึ่งเป็นผู้แสดงทางปฏิบัติไว้นี้ เรียกว่าถึงสรณะประการหนึ่ง และให้ตั้งใจสมาทานศีลด้วยตนเอง อย่างต่ำก็ตั้งใจสมาทานศีล ๕ แม้ในปัจจุบันคือในขณะที่มานั่งอยู่นี้ เพื่อให้จิตมีศีลขึ้น เมื่อมีสรณะมีศีลดังนี้แล้ว จึงดำเนินการปฏิบัติให้เกิดเป็นสมถะคือให้จิตใจสงบตั้งมั่น และให้เกิดวิปัสสนาคือปัญญาเห็นแจ้งตามความจริง ดังกล่าวนั้น.

วิธีปฏิบัติให้เกิดเป็นสมณะ

ในการปฏิบัติให้เกิดเป็นสมณะคือจิตใจตั้งมั่นสงบนั้น วิธีที่แสดงแล้วตามมหาสติปัฏฐานสูตรก็คือ อานาปานสติ สติกำหนดลมหายใจเข้า-ออก คือให้มีสติหายใจเข้า ให้มีสติหายใจออก ยาวหรือสั้นก็ให้รู้ กำหนดให้รู้กายทั้งหมด กำหนด ทำความสงบระงับกองลมหายใจ หายใจเข้า-ออกนี้ ตามที่ท่านแสดงไว้ในพระสูตรและพระอาจารย์ได้แสดง วิธีปฏิบัติเพื่อหัดไว้เป็นต้นว่า ให้กำหนดที่จุดลมหายใจ ผ่าน คือที่ปลายกระพุ้งจมูกหรือที่ริมฝีปากเบื้องบน เมื่อหายใจเข้าลมก็กระทบที่นั่น เมื่อหายใจออกลมก็กระทบที่นั่น ตามที่เป็นจริง ก็ให้จิตกำหนดอยู่ที่ตรงนั้น หายใจเข้าก็ให้รู้ หายใจออกก็ให้รู้ รู้อยู่ที่จุดเดียวนั้น คราวนี้ถ้ากำหนดไปเฉย ๆ อย่างนั้น จิตจะไม่สามารถตั้งมั่น ก็ให้ใช้วิธีนับ เช่นว่าหายใจเข้านับหนึ่ง หายใจออกนับหนึ่งเป็นต้นไป จนถึงห้า แล้วกลับมาใหม่ จนถึงหกเป็นต้นไป จนถึงสิบ หรือว่าจะนับอย่างไรที่จะเกิดความสะดวกในการปฏิบัติก็สุดแต่ชอบ หรือจะไม่ใช้วิธีนับ จะใช้วิธีหายใจเข้า พุท หายใจออก โห ก็ได้ และก็ยังมีอาจารย์อื่นแนะนำกันด้วยวิธีต่าง ๆ แต่รวมความก็เพื่อให้จิตรวมเข้ามาอยู่ที่จุดเดียว ฉะนั้น เมื่อสามารถทำจิตใจรวมเข้ามาอยู่ที่จุดเดียวได้ก็ใช้ได้ แต่คอยทำสติกำหนดอยู่ เมื่อตั้งใจทำสติกำหนดอยู่ ก็สามารถที่จะรวมจิตให้เป็นหนึ่งได้.



ลักษณะจิต

ต่อจากนี้จะได้แสดงเพิ่มเติมต่อไปเพียงเล็กน้อย จิตนี้มีปกติดีนรรน กวัดแกว่ง รักษายาก ห้ามยาก เมื่อมาใช้สติให้กำหนดอยู่ในที่เดียวก็คอยแต่จะดีนรรนจะกวัดแกว่งไปเสมอ ดีนรรนกวัดแกว่งไปในที่ไหน ก็ดีนรรนกวัดแกว่งไปในอารมณ์ คือเรื่องตามที่ใคร่ ตามที่ปรารถนา หรือตามที่ชอบ หรือตามที่มีปليโพธ คือความกังวล ถ้ายังมีอารมณ์ภายนอกมาก มีปليโพธคือ ความกังวลมาก จิตก็ยิ่งดีนรรนกวัดแกว่งไปมาก อารมณ์ภายนอกที่มีมากนั้นก็ไดแก่ เรื่องต่าง ๆ ที่คิดถึง ที่ดำริถึง หรือที่พัวพันอยู่ในใจ และเมื่อมาพัวพันอยู่ในใจ ก็เป็นปليโพธคือเครื่องกังวล เครื่องกังวลนี้ถ้ามีมากและไม่สามารณสลัดออกจากใจได้ ก็ทำใจให้สงบไม่ได้ แต่ว่า ถ้าสามารถสลัดออกไปจากใจได้ จึงจะทำให้สงบได้ และทุก ๆ คนก็สามารถที่จะสลัดออกไปจากใจได้ถ้ามีความตั้งใจจริง.

วิธีสอบจิต

ในเบื้องต้นก็จำเป็นที่จะต้องคอยใช้สติกำกับอยู่เสมอ เมื่อเผลอตัวจิตแวบออกไป มีสติขึ้นก็ต้องรีบนำจิตกลับเข้ามาทันที เมื่อจิตแวบออกไปนั้น ถ้าลองสอบสวนว่า แวบออกไปเพราะอะไร ก็อาจที่จะจับเหตุได้ เช่น บางที่ได้ยินเสียงรถวิ่ง ได้ยินเสียงคนเดิน ได้ยินเสียงของตก จิตก็แวบออกไป

ที่นั่นก่อน แวบออกไปที่นั่นแล้ว ก็ต่อไปเรื่องโน้นเรื่องนี้ บางที่ตั้งหลายเรื่องกว่าจะกลับมามีสติชักเข้ามา และเมื่อชักเข้ามาให้อยู่ที่ความตั้งใจแล้วก็จะกลับเข้ามาได้ แต่ครั้งมีเสียงกระทบ บางทีก็แวบออกไปอีก แล้วก็ไปเรื่องโน้นเรื่องนี้ หลายเรื่อง บางทีก็รู้สึกว่าได้ยวดยาวแต่ว่าเรื่องมากมาย เมื่อมีสตินำกลับเข้ามาอยู่ในจุดที่กำหนดใจไว้ **คอยมีสติอยู่และคอยจับจิตมาสอบสวนอยู่เสมอ** ดังนี้ จิตก็จะเชื่องช้า และถ้าถูกสอบสวนในเรื่องหนึ่งแล้ว ก็มักจะไม่วาบไปในเรื่องนั้น แต่มักแวบไปในเรื่องอื่น ก็ต้องคอยจับตัวมาสอบสวนอยู่ แล้วก็จับเข้ามาให้กำหนดอยู่ในจุดที่ต้องการ จนจิตเชื่องช้าและสงบอยู่ได้ ก็จะเกิดฉันทะ คือความพอใจ เกิดปีติ คือความซาบซ่านอิมใจ เกิดปราโมทย์ คือความบันเทิง

เมื่อได้ฉันทะ ได้ปีติ ได้ปราโมทย์ขึ้น ก็ถือว่าได้รับรสของสมาธิคือความสงบเป็นเบื้องต้น ก็จะทำให้เกิดความสุขใจในสมาธิคือความสงบยิ่งขึ้น การกำหนดจิตให้สงบได้ง่ายเข้า.

ข้อว่าด้วยอิริยาบถ

อิริยาปถปัพพะ ข้อที่ว่าด้วยอิริยาบถ คือท่านสอนให้ทำสัมปชัญญะ ความรู้ตัว เมื่อเดินก็ให้รู้ เมื่อยืนก็ให้รู้ เมื่อนอนก็ให้รู้ และเมื่อจะมีการเปลี่ยนแปลงอิริยาบถทางกายอย่างใดก็ให้รู้เช่นนั้น **มุ่งให้มีสัมปชัญญะคือความรู้ตัว**

รู้ใจอยู่เสมอ เมื่อพิจารณาดูแล้วก่อนที่จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน หรือจะเปลี่ยนแปลงอิริยาบถอย่างใดอย่างหนึ่ง ก็มักจะมีเจตนาคือความตั้งใจก่อน เช่นว่าตั้งใจจะเดิน ตั้งใจจะนั่ง แต่ในขณะที่กำลังเดินกำลังนั่งนั้น มักจะขาดความรู้ตัว เพราะได้นำจิตไปคิดในเรื่องอื่นต่อไป จึงต้องการที่จะให้มีสัมปชัญญะ ความรู้ตัว ควบคุมอิริยาบถที่กำลังดำเนินอยู่นั้น.

ข้อว่าด้วยสัมปชัญญะ

อีกปัพพะหนึ่ง คือ สัมปชัญญะปัพพะ ข้อที่ว่าด้วยสัมปชัญญะคือความรู้ตัวเหมือนกัน คือจำแนกอิริยาบถใหญ่ ๆ นั้นออกไปอีกเป็นอิริยาบถน้อย ๆ คือเมื่อก้าวไปข้างหน้า จะถอยไปข้างหลัง จะแล จะเหลียว จะเหยียดกายออก จะคู้กาย เข้าอย่างไรก็ให้รู้ จะนั่ง จะหม่ออย่างไรก็ให้รู้ จะบริโภค จะดื่ม อดอย่างไรก็ให้รู้ จะทำการถ่ายอย่างไรก็ให้รู้ ตลอดจนถึงจะเดิน จะยืน จะนั่ง จะหลับ จะตื่น จะพูด จะนิ่งก็ให้รู้ มีความรู้อยู่กับตัวเสมอ เป็นการหัดทำสัมปชัญญะคือความรู้ตัว เมื่อมีสัมปชัญญะคือความรู้ตัวอยู่ดังนี้ก็ทำให้ไม่เผลอตัว เป็นสิ่งที่ไม่มีโทษ มีแต่คุณ.

นั่งหรือคิด

การกำหนดพิจารณาไปในกายและโดยความเป็นธาตุนี้ จิตไม่ได้รวมเป็นหนึ่ง เพราะต้องใช้พิจารณา ส่วนอานาปาน-

สตินั้นมุ่งให้จิตรวมเป็นหนึ่ง ไม่ต้องใช้พิจารณา การจะใช้วิธีไหนนั้นก็สุดแต่ความพอใจ เพราะว่าจิตใจของคนเรานั้น ในบางครั้งก็ชอบหยุดนิ่ง ในบางครั้งก็ชอบคิด ฉะนั้นในเวลา
ที่จิตพอใจในการหยุดนิ่งก็ใช้อานาปานสติ ในเวลาที่จิตชอบเที่ยวคิดไปทางโน้น ชอบคิดไปในทางนี้ แทนที่จะปล่อยให้จิตเที่ยวคิดไปภายนอก ก็หาที่เที่ยวให้จิตภายในกายนี้ กำหนดว่า เบื้องบนตั้งแต่พื้นเท้าขึ้นมา เบื้องต่ำตั้งแต่ปลายผมลงไป มีหนังหุ้มอยู่เป็นที่สุดโดยรอบ ให้จิตเที่ยวอยู่ภายในกายนี้เท่านั้น โดยพิจารณาให้เป็นไปในกายหรือให้เป็นไปโดยความเป็นธาตุ.

กายเป็นตำรากรรมฐาน

การศึกษาในสมถะ การศึกษาในวิปัสสนา ก็ศึกษาที่กายนี้เท่านั้น ก็คล้าย ๆ กับการเรียนเป็นแพทย์ ตำราแพทย์เล่มใหญ่ก็อยู่ที่ร่างกายอันนี้ ศึกษาอยู่ที่กายอันนี้ **การปฏิบัติในฝ่ายสมถวิปัสสนาก็เช่นเดียวกัน ศึกษาอยู่ที่กายอันนี้** แต่มุ่งผลให้จิตตั้งมั่นสงบ และให้เกิดปัญญารู้แจ้งเห็นจริง ปล่อยวาง

คำว่ารูปขันธ์นี้ ก็เป็นสมมติคือเป็นที่หมายรู้กันรับรองกันเรียกกันทั่วไป สุข ทุกข์ หรือเป็นกลาง ๆ ไม่ทุกข์ไม่สุขที่ทุก ๆ คนเสวยกันอยู่ รับกันอยู่ ก็แต่งตั้ง

ขึ้นว่า เจ้าจงเวทนาชั้นนั้นะ ส่วนนี้ก็เป็นเวทนาชั้นขึ้น
นี้เป็นบัญญัติ แล้วก็เป็นที่หมายรู้กันว่านี่เป็นเวทนาชั้น
รับรองกัน เรียกกัน สัญญา สังขาร วิญญาน ก็เหมือน
กัน คราวนี้รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาน นี้รวมกันเข้า
ก็แต่งตั้งขึ้นว่า ทั้งห้าที่มารวมกันเข้านี้จึงเป็นสัตว์บุคคลนะ
ก็เป็นสัตว์บุคคลขึ้น จงเป็นชายเป็นหญิงนะ ก็เป็นชาย
เป็นหญิงขึ้น หญิงชายนี้จึงชื่อนั้นชื่อนี้ ตลอดจนถึงเป็น
นั่นเป็นนี่นะ ก็เป็นขึ้น ดังนี้เป็นบัญญัติ ก็หมายรู้กัน
รับรองกันพูดจากัน ก็เป็นสมมติ สมมติบัญญัตินี้จึง
ต้องมีอยู่เป็นธรรมดาโลก แต่ว่าเมื่อยึดถือสิ่งที่สมมติ
บัญญัติขึ้นนี้ว่าเป็นจริงเป็นจัง เป็นตัวตนเราเขาก็ติ
ยึดถือว่าเป็นของเที่ยงเป็นสุข เป็นของสวยงามน่ารัก
น่าชมก็ติดังนี้ ความเห็น ความรู้ที่เป็นเหตุยึดถือดังนี้
ก็เป็นอวิชชา และความที่ยึดถือก็เป็นตัณหา ซึ่งมีอาการ
เป็นความอยากและยึด ความอยากและยึดนี้ ลักษณะ
ที่สำคัญก็คือ อยากและยึดว่าเป็นตัวเราสืบมาเป็นของเรา
ความอยากยึดว่าเป็นตัวเราขึ้นนี้ เรียกว่า อหังการ คือทำให้
เป็นเราขึ้น สร้างให้เป็นเราขึ้น ความอยากและยึดว่าของเรา
เรียกว่า มมังการ คือกระทำหรือสร้างให้เป็นของเราขึ้น.



ได้มีภิกษุรูปหนึ่งได้กราบทูลพระพุทธเจ้าว่า ไม่สามารถ
จะอยู่ปฏิบัติพระวินัยได้ เพราะว่ามีมากมาย พระพุทธเจ้า

จึงได้ตรัสถามว่า เธอจะสามารถรักษาไว้เพียงข้อเดียวได้ไหม
ภิกษุรูปนั้นก็กราบทูลว่า ถ้าข้อเดียวได้ พระพุทธเจ้าจึงตรัส
ว่า “ถ้าเช่นนั้นก็ให้เธอรักษาจิตของเธอ เมื่อรักษาคจิต
ของเธออย่างเดียวได้ ก็รักษาวินัยบัญญัติทุกข้อไว้ได้”.



วิญญาณของผู้ที่ตายไปแล้ว ซึ่งยังท่องเที่ยวเร่ร่อน ยัง
ไม่ไปเกิดในภพชาติที่แน่นอน รวมความว่าทั้งหมดนี้เรียกว่า
สัตว์โลกหรือสัตว์ทั้งนั้นอันมีความหมายว่าผู้ที่ยังข้องยังติดอยู่
จึงยังขัดสลายไปในภพชาตินั้น ๆ กระเสือกกระสนไปในภพ
ชาตินั้น ๆ จะเป็นมนุษย์ เดรัจฉาน นรก เปต อสุรกาย
หรือเทวดา มาร พรหม ก็ตาม เมื่อยังมีความข้องติดอยู่ในโลก
คือยังมีกิเลส เป็นต้นว่ามีตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยาก
ก็จะต้องมีการท่องเที่ยวระเหระหนขัดสลายไปเกิดตายในภพ
ชาตินั้น ๆ เหล่านี้เรียกว่าสัตว์ทั้งนั้น

ท่านผู้ที่เกิดมาเป็นมนุษย์ ซึ่งเป็นสัตว์โลกชนิดที่มีปัญญา
และนับว่าเป็นภูมิขั้นที่สูงอยู่ในจำพวกที่เรียกว่า **สุคติ** ที่แปล
ว่าคติที่ดี ต่างจากสัตว์เดรัจฉานที่เกิดร่วมโลกกับมนุษย์
เหมือนกัน แต่ก็ยังเรียกว่าเป็น **ทุคติ** เป็นคติที่ไม่ดี และจัดอยู่
ในจำพวกที่เรียกว่า อบาย อบายภูมิ ที่แปลว่าภูมิของสัตว์
จำพวกที่ปราศจากความเจริญ ซึ่งได้แก่ นรก สัตว์เดรัจฉาน
เปต อสุรกาย จัดว่าเป็นอบายภูมิทั้งหมด แล้วก็เป็นทุคติ

หรือทุกคติภูมิ ส่วนมนุษย์นั้นจัดเข้าในจำพวกที่เป็นสุคติ เทพพรหมทั้งหลายก็เป็นพวกสุคติคือเป็นคติที่ดี... เพราะฉะนั้นเกิดมาเป็นมนุษย์นี้จึงมีปัญญาติดตัวมาอันเรียกว่า **สชาติ-ปัญญา** ปัญญาที่มากับชาติคือความเกิด สูงกว่าสัตว์เดรัจฉานทั้งหลาย สามารถที่จะใช้ปัญญาที่มากับความเกิดนี้อบรมทวีปัญญาให้มากขึ้น สร้างความเจริญต่าง ๆ ให้บังเกิดขึ้นทั้งในภายนอกทั้งในภายใน ในภายนอกก็คือว่าสร้างบ้านเมือง เป็นต้น ในภายในก็คือว่าอบรมปัญญาในจิตใจที่มีอยู่เป็นพื้น ให้เจริญยิ่งขึ้น ๆ จนถึงเจริญที่สุด ดังพระพุทธเจ้าผู้พระบรมศาสดาของเราทั้งหลายก็ได้ทรงพัฒนาคุณธรรมทางจิตใจ ซึ่งมีปัญญาเป็นยอดเป็นส่วนสำคัญนี้ให้เจริญยิ่งขึ้นโดยลำดับ จนถึงได้ตรัสรู้พระธรรม.



บารมีนี้ก็มาจาก กรรม...บารมีหมายถึงเก็บดี เก็บถูกไว้ในใจ... กรรมที่บุคคลกระทำนี้เอง ถ้าเป็นกรรมดีก็เป็นบุญกรรม **กุศลกรรม** ถ้าเป็นกรรมชั่วก็เป็นบาปกรรม **อกุศลกรรม** สุจริตก็จัดเข้าในกรรมดี ทุกุจริตก็จัดเข้าในกรรมชั่ว กรรมที่ทุกคนได้กระทำนี้ ย่อมให้ผลในปัจจุบันก็มี ในภายหน้าก็มี...กรรมย่อมให้ผลต่าง ๆ กันดังนี้ แต่ว่าเมื่อกรรมให้ผลแล้ว ก็เป็น**อโหสิกรรม** คือว่ากรรมที่ได้ให้ผลเสร็จไปแล้ว เพราะฉะนั้น กรรมซึ่งเป็นเหตุ และผล

ของกรรมซึ่งเป็นตัวผล จึงมีเวลาที่เสร็จสิ้น แต่ว่าเมื่อเป็น
นิสสัย เป็นอุปนิสสัย เป็นवासนายังไม่หมดไป ความ
คุ้นเคยในทางดี ความดี ที่ยังเหลืออยู่ติดอยู่ ไม่หมด
สิ้นไปได้เหมือนอย่างกรรม นี่แหละเรียกว่าบารมี เป็น
ความคุ้นเคยในทางดี อันมาจากกรรมดีที่ประกอบกระทำ
และความดีที่เหลือติดอยู่เป็นความคุ้นเคยในทางดีดังกล่าวนี้
ก็เป็นสิ่งที่สั่งสมเพิ่มเติมขึ้นได้อยู่เสมอ คือยิ่ง ๆ ขึ้นไปอยู่
เสมอ เพราะฉะนั้น บารมีจะหมายถึงว่า เก็บดี หรือเก็บถูก
ไว้ก็ได้ เก็บดีเก็บถูกไว้ในจิตใจไม่หมดสิ้นไป.



ท่านแสดงว่าพระพุทธเจ้าท่านทรงละได้ทั้งกิเลสทั้งवासนา
แต่พระอรหันตสาวกนั้นละกิเลสได้แต่ละवासนาไม่ได้ ท่าน
ยกตัวอย่างเช่น ท่านพระสารีบุตรซึ่งเป็นพระอัครสาวกเบื้อง
ขวาละกิเลสได้แต่ละवासนาทางกายไม่ได้ เช่นว่าเมื่อท่าน
เดินไปที่ไหน พบหลุมพบบ่อ ท่านมักจะชอบกระโดดข้ามก็มี
แสดงว่าในอดีตชาติท่านเคยเป็นวานร ท่านมีลักษณะชอบ
กระโดดโลดเต้น มาในปัจจุบัน วาสนาที่เคยกระโดดนั้น
ก็ยังติดมา หรือว่าพระเถระบางองค์ที่เป็นพระอรหันต์
แล้ว ละกิเลสได้แล้ว แต่ว่าปากร้าย เป็นคนที่ชอบ
พูดจาใช้คำร้าย ๆ แรง ๆ อย่างคนที่ชอบพูดในภาษา
ชาวบ้าน เรียกไอ้เรียกอีอะไรต่าง ๆ แม้ว่าท่านสำเร็จ
เป็นพระอรหันต์แล้ว วาสนาที่มีวจาร้ายดังที่กล่าวนั้น



ก็ยังไม่หมด เรียกยังติดมาอยู่ แต่ใจไม่ได้ร้ายไปตาม
ที่พูด นี่เป็นวาสนาที่เคยทำมาบ่อย ๆ มันอยู่ตัว ก็เลย
ละยาก นี่เป็นเรื่องของทางกาย แต่ว่ากิเลสทางจิตใจ
นั้นจะได้หมด นี่คือวาสนา.



ขันติ ความอดทน คือปฏิบัติทำความอดทน ให้
สามารถอดทน คือรับที่ตั้งของความทุกข์เป็นต้น ได้ทุกอย่าง
เหมือนอย่างแผ่นดินรับรองของที่เขาทิ้งลงไปได้ทุกอย่าง ไม่ว่า
ของสะอาดไม่สะอาด.



ทานที่เป็นกรรม กับทานที่เป็นบารมี ทานนี้มี ๒
ประเภท คือทานที่เป็นกรรม กับทานที่เป็นบารมี ทานที่ทำ
คราวหนึ่ง ๆ เป็นทานที่เป็นกรรม เพราะเป็นกิจการที่ทำ
ทานที่เป็นกรรมนี้แหละที่เก็บสังสมเป็นสันดานแห่งทาน
ในจิต เป็นทานที่เป็นทานบารมี.



ความรู้ทางอายตนะไม่ใช่ตัวปัญญา และจิตซึ่งเป็น
ธาตุรู้นี้ก็ออกรู้เรื่องต่าง ๆ เรื่องรูป เรื่องเสียง เรื่องกลิ่น
เรื่องรส เรื่องโผฏฐัพพะคือสิ่งที่กายถูกต้อง อยู่โดยปกติ
สัตว์เดรัจฉานก็มีอายตนะ มนุษย์ก็มีอายตนะ สัตว์ก็มอง
เห็นอะไรได้ ได้ยินอะไรได้ มนุษย์ก็มีตามีหูที่เห็นที่ได้ยิน
อะไรได้ และก็มีความรู้ทางอายตนะดังกล่าวนี้ด้วยกัน บาง

อย่างสัตว์มีความรู้ทางอายตนะยิ่งกว่าคน หรือดีกว่าคนในบางอย่าง ในบางอย่าง คนก็มีอายตนะที่ให้อะไรยิ่งกว่าสัตว์ใคร่จาง แต่ว่าความรู้ทางอายตนะดังที่กล่าวมานี้ เป็นความรู้ที่เป็นไปตามธรรมชาติธรรมดา ยังไม่เรียกว่าเป็นตัวปัญญา มนุษย์นั้นเป็นสัตว์โลกที่ได้รับนับถือว่ามีพื้นปัญญาแต่กำเนิด เรียกว่า สขชาติปัญญา ปัญญาที่เกิดมาพร้อมกับชาติ.



ปัญญาในอริยสัจเป็นปัญญาสูงสุด.



การที่จะปฏิบัติทำใจไม่ให้โกรธได้ ก็ต้องอาศัยสติที่คอยสำรวจระวังใจอยู่ อาศัยปัญญาที่เป็นตัวความรู้จักว่ากิเลสทุกกองแม่งอกโกรธนี้ เป็นอกุศล มีโทษ เป็นปัญญาความรู้จักโทษ เมื่อมีสติระวังใจอยู่แล้ว และมีปัญญาที่คอยรักษาใจอยู่ดังนี้ ก็จะป้องกันระงับได้.



ธรรมนั้นท่านสอนให้ปฏิบัติธรรมสมควรแก่ธรรม เช่น จะปฏิบัติในธรรมข้อใด ก็ให้มีเหตุสมควรที่จะใช้ธรรมข้อนั้น เช่น อุเบกขา จะพึงใช้เมื่อมีเหตุเช่นไร จะกล่าวเป็นตัวอย่าง ในความเพียรทุกอย่าง จะใช้อุเบกขาเสียทีเดียวหาได้ไม่ ต้องเริ่มความเพียรขึ้นก่อน เมื่อมีความเพียรเต็มที่แล้ว จึงประคองความเพียรให้ดำเนินไปโดยสม่ำเสมอ ต้อง

ให้อุเบกขามีหน้าที่ประคองความเพียร... แต่ในเวลาอื่นก็ควร
ใช้เมตตากรรฐนา จะใช้คิดอุเบกขากันเรื่อยไปก็หาถูกต้อง
ไม่ เช่น ถ้าบิดามารดาจะคิดว่าบุตรธิดาที่เกิดมามีกรรม
เป็นของตนเองสร้างให้เกิด มีกรรมเลื่องอยู่แล้ว จึงไม่
จำเป็นต้องมีเมตตากรรฐนารักใคร่เลี้ยงดู ทำอุเบกขาเสียดีกว่า
จะคิดให้อุบายพราห์เพื่อไป ดังนั้นก็ผิด ในระหว่างบุคคลทั่วไป
ก็เหมือนกัน ถ้าในคราวที่ควรช่วยกัน กลับเฉยเสียหรือ
หลีกเลี่ยงเสีย หาให้อุเบกขาไม่ เป็นลักษณะใจจิตใจแคบ
หรือบางทีควรจะเฉยแต่กลับยุ่งวุ่นวาย ก็กลายเป็นเสีย.



ทำให้เป็นอุเบกขาเมื่อประสบโลกธรรม ในเวลา
รับอารมณ์ทั้งหลาย เมื่อว่าถึงทางโลกก็ย่อมมียินดียินร้าย
แต่ถ้ารู้จักให้อุเบกขาบ้าง ก็จะควบคุมใจไม่ให้ตื่นเต้น พุบแพบ
เกินไป จะทำใจให้มั่นคง ไม่สะดุ้งสะเทือนมากนัก ผู้ที่ทำงาน
ในหน้าที่สำคัญที่ต้องมีใจมั่นคง ไม่กระเทือนง่าย ยิ่งต้องใช้
อุเบกขามาก บางทีก็ถูกยั่วให้โลภ บางทีก็ถูกยั่วให้โกรธ
บางทีก็ถูกยั่วให้หลง ถ้าเสียอุเบกขาไปแล้ว ก็เรียกว่า
เสียที่มั่นทางใจ.



ความตายเป็นความทุกข์อย่างหนึ่ง แต่ไม่เห็นว่าเป็นความ
เกิดเป็นทุกข์ ถือว่าเป็นมงคล ในงานวันเกิดไม่มีใครไว้ทุกข์
แต่แสดงความรื่นเริง แต่ว่าคราวตายมีการไว้ทุกข์ นี่เป็น



ความรู้สึกละสับของชาวโลกทั่วไป แต่ทางพระพุทธศาสนา แสดงว่าเป็นทุกข์ทั้งหมด เกิดก็เป็นทุกข์ แก่ก็เป็นทุกข์ ตายก็เป็นทุกข์ เพราะว่ามีแก่ มีตาย ก็เพราะมีเกิด ถ้าไม่มีเกิดจะไม่มีแก่ มีตาย

ฉะนั้น ความเกิดจึงเป็นตัวทุกข์สำคัญ นี่เป็นหลักธรรมทางพระพุทธศาสนา.



จิตใจนี้ต้องอบรมจึงเป็นประโยชน์ และจะพบความสุขอย่างประณีตอันเหนือความสุขที่เคยได้รับ พระพุทธเจ้าได้ทรงแสดงธรรมโดยตรงก็เพื่ออบรมจิต แม้การปฏิบัติในศีลเมื่อปฏิบัติใหม่ ๆ ย่อมจะกระวนกระวาย แต่เมื่อได้ปฏิบัติจนศีลหยั่งรากลงในจิต ศีลก็อบรมจิตให้มีความสงบ และจิตนี้จะขาดศีลเสียมิได้ เมื่ออบรมในสมาธิก็เช่นเดียวกัน ในขั้นแรก จิตจะไม่ยอมเป็นสมาธิ จะดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย แต่เมื่อสมาธิหยั่งรากลงในจิต จิตก็จะต้องการสมาธิ จะขาดสมาธิเสียมิได้ ปัญญาคือความรู้ก็เช่นเดียวกัน ในขั้นแรกจิตจะมีดมัว ไม่มองเห็นสิ่งจะเป็นความจริง แต่เมื่ออบรมปัญญาอยู่บ่อย ๆ ปัญญาจะหยั่งรากลง จิตก็จะต้องการปัญญาคือต้องการความรู้ จะขาดปัญญาคือความรู้เสียมิได้ จิตที่มีศีล สมาธิ ปัญญา หยั่งรากลง ต้องการศีล สมาธิ ปัญญาอยู่เช่นนี้ ก็จะได้พบผลคือสันติ ความสงบ หรือวิมุตติ ความหลุดพ้น อันสันติ ความสงบ หรือวิมุตติ



ความหลุดพ้นนี้ ไม่ใช่เป็นธรรมอันสุดเอื้อม อัน
สามัญชนไม่ได้ไม่ถึง แต่ว่าเป็นธรรมที่ผู้ปฏิบัติจะได้
จะถึงอยู่ทุกเวลา ตามภูมิ ตามชั้น เพราะเมื่อได้ปฏิบัติ
อยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา ก็ย่อมจะได้พบกับสันติคือความ
สงบใจ และวิมุตติคือความพ้น ซึ่งปรากฏอยู่ที่สันติคือ
ความสงบใจนี้ เพราะว่าจิตใจจะมีสันติคือความสงบระงับ
ก็ต้องเป็นจิตใจที่มีวิมุตติคือหลุดพ้น พ้นจากสิ่งที่ไม่
สงบ เหมือนอย่างพื้่นน้ำที่ในแม่น้ำ หรือในทะเลที่สงบ
ก็ต้องสงบในขณะที่ลมได้พัดไป หรือพัดไปจากลม ซึ่ง
เป็นเครื่องมากวนน้ำให้เป็นคลื่น อาการที่ทะเลหรือพื้่นน้ำ
พัดไปจากลม หรือว่าลมพัดไป ดังนั้นเรียกว่าเป็นวิมุตติ
อาการที่สงบเป็นสันติ เพราะฉะนั้น วิมุตติกับสันติจึง
เป็นธรรมส่วนผลที่ประกอบอยู่ด้วยกัน อันผู้ปฏิบัติอยู่ในศีล
สมาธิ ปัญญา จะพึงได้ประสบอยู่ทุกขณะ.



วิเนยฺย โลก อกิฆณฺาโทมนสฺสํ กํจติความยินดีความ
ยินร้ายในโลกเสีย คือ เมื่อเกิดความยินดีขึ้นก็ดี ความยินร้าย
ขึ้นก็ดี ก็ให้กำจัดเสีย ดังเช่นเมื่อจับปฏิบัติขั้นแรก ก็น่าจะเกิด
ความยินร้าย เช่นว่า ต้องเมื่อยขบในการนั่ง จิตใจก็ไม่เป็นสุข
เพราะต้องมานั่งกำหนดอยู่ในการปฏิบัติ ก็แปลว่า ก็น่าจะ
ไม่สบายทั้งกายทั้งใจ เมื่อปฏิบัติที่แรกนี้ก็ทำให้นิยร้าย ถ้าหาก
ว่าแพ้ต่อความยินร้ายเสียเช่นนี้ ก็ต้องเลิกการปฏิบัติ การ

ปฏิบัติจะเกิดขึ้นและจะดำเนินไปไม่ได้ หรือว่าเกิดความยินดี
ในอารมณ์ภายนอกที่ดึงดูดใจออกไปอยู่เสมอ ใจรวมเข้ามาก็มี
อารมณ์ที่น่ายินดีที่ค้างอยู่ในใจคอยดึงดูดใจออกไป ดังนั้นก็ต้อง
กำจัด ใจจึงจะรวมเข้ามาเป็นสมาธิได้ แม้ยินดีในข้อปฏิบัติ
ก็ต้องกำจัดเหมือนกัน เพราะจะทำให้จิตใจฟุ้งซ่านไปด้วย
ความยินดี ต้องคอยกำจัดความยินดียินร้ายอยู่ดังนี้ ประคอง
ใจให้เป็นอุเบกขา คือ เราไม่เพ่งเฉยอยู่ในการปฏิบัติ.



แต่ผู้ที่มิได้พิจารณาให้เห็นสัจจะคือความจริงของโลก
ของสิ่งทั้งหลายในโลก ก็ย่อมเป็นผู้มีความรู้ผิดความรู้หลง
ยึดถือโดยความเป็นเรา เป็นตัวตนของเรา และเมื่อได้
สมปรารถนาก็เกิดความยินดี เมื่อไม่ได้สมปรารถนาก็เกิด
ความยินร้าย ความยินดียินร้ายนี้ ก็ย่อมเป็นน้อยบ้าง
มากบ้าง ให้เกิดทุกข์โทษน้อยบ้างมากบ้าง แต่เมื่อได้มา
ศึกษาให้รู้พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า พิจารณาให้
เห็นสัจจะคือความจริงของโลก ของสิ่งทั้งหลาย ก็ย่อมจะ
ได้ความรู้ขึ้น อีกอย่างหนึ่งที่ตรงกันข้ามกับความรู้ที่เคยรู้
มาก่อน ความรู้ที่เคยรู้มาก่อนนั้น เป็นความรู้ยึดถือด้วย
ความเห็นในสิ่งที่ไม่เที่ยงแท้ว่าเป็นของเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์
ว่าเป็นสุข ในสิ่งที่เป็นอนัตตามิใช่ตัวตนว่าเป็นอัตตาตัวตน
ในสิ่งที่ไม่สวยงามว่าเป็นสิ่งที่สวยงาม ความรู้แต่เดิมมาก่อน
แต่ไม่ปฏิบัติอบรมก็ย่อมเป็นเช่นนี้ แต่เมื่อได้มาปฏิบัติอบรม



พิจารณาให้เห็นสัจจะคือความจริง คือพิจารณาให้เห็นในสิ่งที่ไม่เที่ยง ต้องเกิดต้องดับว่าเป็นสิ่งที่ไม่เที่ยง สิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นทุกข์ สิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอนัตตา สิ่งที่ไม่สวยงามก็ว่าไม่สวยงามตามสัจจะ คือ ความจริง

ความรู้บังเกิดขึ้นจึงเป็นความรู้ปล่อย ปล่อยความรู้วาง เห็นความยินดีความยินร้ายทั้งหลายในโลกที่เคยเป็นมาอยู่นั้น เป็นเหมือนอย่างที่เกิดขึ้นในความฝัน แต่ครั้นตื่นขึ้นมาก็รู้ว่านั่นเป็นความฝันไปหาใช่ความจริงไม่ ความจริงนั้นจึงอยู่เหนือจากความฝัน เมื่อรู้เมื่อเห็นในสัจจะคือความจริง จึงทำให้เป็นผู้อยู่เหนือทุกข์ เพราะเมื่อรู้ก็ไม่ยึดถือ มีความปล่อยวาง ความรู้ดังนี้แหละ ที่เรียกว่า เป็นความรู้ยิ่งไปกว่าสามัญ.



คนที่มีลาภมากคือมีทรัพย์สินเงินทองมาก เป็นผู้ที่มีทรัพย์ดังที่เรียกว่า เศรษฐี เมื่อมีสติดังกล่าวก็จะถือประโยชน์แห่งทรัพย์ของตนได้ คือใช้ในทางที่เป็นประโยชน์ต่าง ๆ แก่คนทั้งปวง คนมีทรัพย์มากย่อมสามารถทำประโยชน์ได้มากกว่าคนที่ด้อยทรัพย์ คนที่มียศสูงใหญ่ มีกำลังอำนาจ มีกำลังคนที่จะใช้ มีเกียรติคือคนนิยมนับถือมาก และมีสติ ย่อมสามารถบำเพ็ญประโยชน์ได้มากเช่นเดียวกันคนที่ได้รับสรรเสริญ หากมีสติพิจารณาถึงเหตุ ไม่หลงในลูกยก ก็จะทำให้ระมัดระวังกรรมที่ทำของตน ไม่ให้ทำผิด และใช้เป็นเพียงยาหอมสำหรับบำรุงใจให้เข้มแข็งในการทำดียิ่งขึ้น คนที่มีสุขเพราะมีเครื่อง

บำรุงความสุขมาก หากมีสติไม่ติดในความสุข คิดถึงคนอื่นที่มีทุกข์และเผื่อแผ่ความสุขของตนให้แก่คนอื่น ก็เป็นประโยชน์เช่นเดียวกัน เพราะทุก ๆ คนย่อมต้องการความสุข ตนจะต้องมีความสุขของตนก่อนแล้วจึงจะมีความสุขแบ่งให้แก่คนอื่น เหมือนอย่างคนที่ จะทำการบริจาค ก็ต้องมีทรัพย์ของตนขึ้นก่อนแล้วจึงจะทำการบริจาคได้ สิ่งเหล่านี้จึงไม่ใช่ของเมาสำหรับคนที่มีสติ และคนที่มีสติเมื่อมีสิ่งเหล่านี้มากเท่าใด ย่อมทำประโยชน์ให้เกิดแก่คนทั้งปวงได้มากเท่านั้น ทั้งสามารถเพิ่มพูนไม่ให้หมดสิ้นไปด้วย ส่วนคนที่ขาดสติที่จะระลึกให้ได้ถึงคุณโทษ ย่อมเกิดความเมาได้ง่าย คือหลงละเลิงไปในทรัพย์ในยศเหล่านั้นเป็นต้น ยิ่งได้ก็ยิ่งอยากจนไม่คำนึงถึงทางผิดทางถูก และเมื่อได้มาแล้ว ก็ไม่ใช้ให้เกิดประโยชน์ หรือใช้ในทางที่ผิด สิ่งเหล่านี้ก็เลยกลายเป็นของเมา เป็นเครื่องทำลายตน และทำผู้อื่นให้เดือดร้อน อันที่จริงคนส่วนมากน่าจะไม่ค่อยมีจะเมา ถ้าผู้ที่มีจะเมาแต่ไม่เมาแล้ว จะใช้สิ่งที่มีทำประโยชน์ได้มากนัก เพราะสิ่งเหล่านี้ควรเป็นสิ่งที่ให้เกิดประโยชน์ดังกล่าวมาข้างตนถ้าได้พยายามบริหารจัดการให้มีสติ

ความสมบูรณ์บริบูรณ์ทางกายนั้น อาจเกิดขึ้นได้จริงด้วยวัตถุ แต่ความสมบูรณ์บริบูรณ์ทางใจไม่อาจเกิดได้ด้วยวัตถุตรงกันข้าม สำหรับผู้มีสติและมีปัญญาไม่เพียงพอในธรรมความสมบูรณ์บริบูรณ์ทางกายจะทำให้บกพร่องทางใจยิ่งขึ้น

เพราะเมื่อมัวหลงเพลินติดอยู่ในความสมบูรณ์บริบูรณ์ทางกาย ก็ย่อมไม่คำนึงถึงความบกพร่องทางใจ แม้ใจจะบกพร่องเพียงใดก็ไม่เห็นไม่เข้าใจ เห็นทุกข์เป็นสุข เห็นชั่วเป็นดีเห็นการเสียเป็นการได้ เห็นโทษเป็นคุณ เช่นเดียวกับที่เห็นความได้มาตามปรารถนาต้องการเป็นโชคเป็นลาภ เป็นเครื่องเสริมความสมบูรณ์บริบูรณ์ การเห็นเช่นนั้นเป็นการเห็นผิด จะทำการเห็นผิดเช่นนั้นให้เป็นการเห็นถูกได้ ต้องทำสติ ต้องใช้ปัญญา ต้องพิจารณาตนเองอย่างไม่หลอกลตนเองอย่างเปิดเผยจริงจัง แล้วจะได้พบความจริงความเห็นถูก ว่าความปรารถนาต้องการหรือความโลภเป็นเหตุแห่งความทุกข์ ความเดือดร้อนทั้งของตนและของผู้อื่น มีความปรารถนาต้องการมาก ก็มีความทุกข์มาก มีความเดือดร้อนมาก มีความปรารถนาต้องการน้อย ก็มีความทุกข์น้อย มีความเดือดร้อนน้อย.



ทุกข์หรือสภาพที่เป็นทุกข์นั้น ทุกคนกลัว ไม่อยากได้รับ แต่จะสามารถหนีสภาพนั้นให้พ้นได้มิใช่อยู่ที่ความกลัวหรือความตั้งปรารถนาต้องการ แต่อยู่ที่ต้องศึกษาธรรมและปฏิบัติดำเนินไปจนถึงจุดที่จะพ้นจากสภาพที่เป็นทุกข์ได้เท่านั้น บรรดาผู้มาบริหารจัดการคือผู้ที่กำลังหนีทุกข์ ซึ่งแม้บริหารจัดการจริง ก็จะสามารถหนีสภาพที่เป็นทุกข์ได้ในวันหนึ่งอย่างแน่นอน มากน้อยควรแก่การปฏิบัติ.



คนโลภมากจนเกินไป ก็ยากจักรู้ตัวว่ากำลังโลภ คน
โกรธมากจนเกินไป ก็ยากจักรู้ตัวว่ากำลังโกรธ คนหลงมาก
จนเกินไป ก็ยากจักรู้ตัวว่ากำลังหลง.



จิตใจเป็นผู้นำแห่งความประพฤติต่าง ๆ ของคน
เพราะคนเราจะทำอะไรจะประพฤติอย่างไรย่อมแล้วแต่จิตใจ
จะบังการหรือสั่งการ และกรรมที่ตนทำตามคำสั่งของจิตใจ
เป็นเหตุโดยตรงของความเจริญความเสื่อม และความสุข
ความทุกข์ ทั้งจิตใจนี้แหละเป็นผู้รับสุขทุกข์ คือเป็นตัวผู้
เสวยสุขหรือทุกข์

ที่เรียกว่า “ตัวเรา ๆ” ของทุก ๆ คนย่อมมีศูนย์รวมอยู่
ที่จิตนี้เอง จิตจึงเท่ากับเป็นตัวเราทั้งหมด

อีกอย่างหนึ่ง จิตย่อมเป็นตัวชีวิตของร่างกาย เพราะ
ลำพังร่างกายที่ปราศจากจิตย่อมไร้ชีวิต ความดำรงชีวิตมี
อยู่ตราบเท่าที่ยังมีจิตใจครองร่างกาย จิตจึงมีความสำคัญ
แก่ชีวิตโดยเป็นตัวชีวิตที่เดียว.



จิตเป็นสมบัติล้ำค่า เป็นแก้วสารพัดนึก สารพัดรู้ที่
ทุกคนมีอยู่แล้ว หากแต่เจ้าของอาจยังไม่รู้จัก.



มนุษย์เราย่อมครองภาวะเป็นมนุษย์อยู่ได้ด้วย
อานุภาพของธรรมนี้เท่านั้น ไม่ใช่ลำพังร่างกายที่เกิดมา

เป็นมนุษย์ ซึ่งต้องกินนอนเป็นต้น ไม่ต่างจากสัตว์เดรัจฉาน
ธรรมนี้เองเป็นเครื่องยับยั้งใจคนเรามีให้ประพฤติไป
ตามอำนาจจิตใจอย่างไม่มีอายไม่มีกลัว ดังที่เรียกว่า
ปราศจากหิริ โอตตัปปะ (ความละอายรังเกียจความชั่ว
และความกลัวเกรงต่อความชั่ว).



ความฝึกจิตหมายถึงฝึกให้ดีให้ฉลาดด้วยการศึกษา
การเล่าเรียนวิชาความรู้ต่าง ๆ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ทำให้มีความรู้ในวิชาที่เรียน แต่บางคนใช้ความรู้ที่เรียนรู้อมา
ทำการที่ไม่ดีมีโทษ บางคนก็ใช้ความรู้ช่วยตัวเองไม่ได้
เพราะยังขาดการศึกษาอีกขั้นหนึ่ง คือศึกษาทางจิตใจที่จะ
ทำให้มีจิตใจดีและฉลาด การศึกษาที่จะทำให้อจิตใจดีคือ
ทำสมาธิภาวนา รู้จักยกใจ รู้จักข่มใจ รู้จักปล่อยใจ รู้จัก
วางใจอบรมเมตตากรุณาให้มีในใจ.



ใช้สติพิจารณาเสมอว่า การนำตนเข้าไปเทียบกับ
คนนั้นคนนี้ แล้วเกิดความชู้ตนั้น เป็นการไม่ดีเลย
ตนเองเฝ้าดีก็ตั้งหน้าทำดีไป อะไรที่ไม่ดีที่เคยทำก็เว้นไม่ทำ
ต่อไป หรือที่ไม่เคยทำก็ไม่ทำเข้า ไม่จำเป็นต้องชู้ต
เชิดตนให้คนทั้งปวงเขาดูอย่างยื้มหยั่นหรือปลงสังเวช แต่ก็
วางตนให้สมฐานะอย่างสุภาพ.



พระพุทธองค์ทรงสอนให้น้อมเรื่องทุกเรื่องเข้ามาสู่ตน เมื่อเห็นคุณเห็นโทษของเรื่องใดหรือของผู้ใดก็ตาม ให้น้อมเรื่องนั้นของผู้นั้นเข้ามาสู่ตน เหมือนเป็นเรื่องของตน พิจารณาให้เห็นว่าเป็นคุณเป็นโทษอย่างไร ควรทำหรือไม่ควรทำเพียงไร การมองแต่คุณหรือโทษของผู้อื่นโดยไม่น้อมเข้ามาสู่ตนเพื่อพิจารณาให้เห็นคุณโทษของตน ย่อมไม่เป็นประโยชน์.



ให้คิดหาเหตุผลเพื่อให้เกิดเมตตาในผู้ที่ตนอยากจะโกรธนั่นเองการที่จะเกิดเมตตากันขึ้นเฉย ๆ โดยไม่มีเหตุผลสำหรับบางคนที่มีพื้นฐานจิตใจสูงด้วยเมตตานั่นเป็นไปได้ คือ แม้ไม่มีเหตุผลก็มีเมตตาได้ แต่สำหรับคนทั่วไป ถ้ามีเหตุผลเพียงพอ จะทำให้เกิดเมตตาได้ง่ายกว่าไม่มีเหตุผลเลย ดังนั้น เหตุผลจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ควรปลูกให้มีประจำจิตใจทุกคน เพราะเหตุผลหรือจะเรียกว่าปัญญาก็ได้ เป็นสิ่งจำเป็นต้องใช้ประกอบในการบริหารจัดการทุกเรื่องทุกเวลา ทั้งเรื่องโลก ทั้งเรื่องโกรธ ทั้งเรื่องหลง.



การบริหารทางจิตมิใช่เพียงเพื่อฝึกอบรมจิตใจให้สงบเยือกเย็นเป็นสุขอย่างไม่รู้เลยว่าอะไรถูก อะไรผิด อะไรควรแก้ไข อะไรควรส่งเสริม อันจิตที่ได้รับ การฝึกอบรมในทางที่ถูกต้อง ต้องเป็นจิตที่มีความสงบ

เยือกเย็นเป็นสุข และมีทั้งปัญญายิ่งขึ้น.



การฝึกฝนอบรมให้ไม่นึกถึง ให้ไม่ใส่ใจในบุคคลหรือในเรื่องที่จะทำให้เกิดโทษนั้น จะให้ผลดีแก่ผู้ปฏิบัติจริง ๆ และปัญญาในเรื่องนี้รวมทั้งปัญญาในเรื่องทั้งหลาย จะเกิดได้ก็ต่อเมื่อสติเกิด คือ **มิตติเสียก่อน**.



ความโกรธไม่ทำให้ใครเป็นสุข มีแต่จะทำให้เป็นทุกข์ ยิ่งโกรธง่าย โกรธแรง ก็ยิ่งทุกข์บ่อย เป็นทุกข์มาก

วิธีที่จะแก้ความโกรธให้เกิดผลรวดเร็ว ไม่ชักช้า มีอยู่ว่าให้พยายามทำสติให้รู้ตัวเมื่อความโกรธเกิดขึ้น คือเมื่อโกรธก็ให้รู้ว่าโกรธ และเมื่อรู้ว่าโกรธแล้วก็ให้พิจารณารูปร่างหน้าตาของความโกรธ ให้เห็นว่าเป็นความร้อน เป็นความทุกข์ จนกระทั่งถึงให้รู้ว่าเป็นอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนา ให้มีสติพิจารณาอยู่เช่นนั้นอย่าให้ขาดสติ เพราะเมื่อขาดสติเวลาโกรธจะไม่พิจารณาดังกล่าว แต่จะต้องออกไปพิจารณาเรื่องหรือผู้ที่ทำให้มีความโกรธ และก็จะไม่เป็นการพิจารณาเพื่อให้ความโกรธลดน้อย แต่จะกลับเป็นการพิจารณาให้ความโกรธมากขึ้น เหมือนเป็นการเพิ่มเชื้อให้แค้นไฟ จึงต้องพยายามทำสติ ควบคุมสติให้พิจารณาเข้ามาแต่ภายในใจเท่านั้น.



การฝึกใจไม่ให้โกรธ จึงเท่ากับเป็นการฝึกให้อยู่ในความ
ผิดของผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นผู้ที่รู้จักหรือไม่รู้จักก็ตาม นับเป็น
การบริหารจิตอย่างยิ่งวิธีหนึ่ง ที่จะให้ผลดีแก่ผู้บริหารเอง.



ที่จริงโทสะมักจะเกิดเพราะใจไปตั้งไว้ว่า เรื่องนั้น
สิ่งนั้นจะต้องเป็นอย่างนั้นอย่างนั้นตามใจของตน เมื่อ
ไม่เป็นไปดังที่ใจตั้งไว้ หรือเรียกว่าเมื่อไม่ได้ดังใจ โทสะ
ก็เกิด ดังนั้น ถ้าไปมุ่งคิดถึงใจผู้อื่น มุ่งรักษา ใจผู้อื่น ไม่มุ่ง
ให้เป็นเช่นนั้นเช่นนั้นตามใจตนเอง โทสะก็ยากจะเกิดขึ้นได้.



ถ้าแก้โทสะนั้นได้ก็เท่ากับแก้ความผูกโกรธหรือผูกเวรได้.



ผู้ที่ยังไม่เห็นถนัดชัดแจ้งด้วยตนเองในเรื่องกรรมและ
ผลของกรรม แต่เชื่อพระพุทธรองค์ทรงสั่งสอน วันหนึ่งเมื่อ
ปัญญาเจริญขึ้นด้วยการอบรม ก็จะเข้าใจในเรื่องกรรมและ
ผลของกรรมด้วยตนเอง จะเป็นความเข้าใจที่ไม่ต้องถูก
ผลไม่ดีของกรรมไม่ดีทำให้บอบช้ำแสนสาหัสเสียก่อน.



ผู้มีสติเป็นผู้ไม่พลั้งพลาดไปตามอารมณ์หรือเหตุ-
การณ์ใด ๆ ได้ง่าย แตกต่างกับผู้ไม่มีสติซึ่งเป็นผู้พลั้งพลาด
ได้ง่ายที่สุด กระทบอะไรเพียงเบา ๆ เพียงเล็กน้อย ก็
พลั้งเผลอเป็นไปตามแรงกระทบนั้น ๆ เสียแล้ว ผู้ไม่มีสติ



จึงเป็นผู้ตกอยู่ใต้อำนาจของความไม่ถูกไม่ดีได้ง่าย ส่วน
ผู้มีสติจะไม่เป็นเช่นนั้น สติจะยับยั้งไว้ได้



พระอุบาลีคุณูปมาจารย์
(สิริจนโท จันทร์)

(พ.ศ. ๒๓๔๔ - พ.ศ. ๒๔๗๕)



พระอุบาลีคุณูปมาจารย์ (สิริจันทโท จันทร)

วัดบรมนิวาสราชวรวิหาร กรุงเทพฯ

นามเดิม จันทร

สกุล สุขสร

เกิดที่ บ้านหนองไหล่ ตำบลหนองไหล่ อำเภอเมือง
จังหวัดอุบลราชธานี
เมื่อวันศุกร์ แรม ๑๐ ค่ำ เดือน ๔ ปีมะโรง
พ.ศ. ๒๓๙๙

โยมบิดาชื่อ นายสอน สุขสร

โยมมารดาชื่อ แก้ว สุขสร

บรรพชาเป็นสามเณร เมื่อปี พ.ศ. ๒๔๑๑

อุปสมบทเป็นพระภิกษุ เมื่อวันขึ้น ๘ ค่ำ เดือน ๖ ปีฉลู
(พ.ศ. ๒๔๒๐) ณ วัดสีทอง โดย ท่านท้าวเทวธัมมีย์ (ม้าว)
เป็นพระอุปัชฌาย์

ท่านมรณภาพ ณ กุฏิเขียว วัดบรมนิวาสฯ กรุงเทพฯ พ.ศ.
๒๔๗๕ รวมสิริอายุได้ ๗๗ ปี

พระธรรมเทศนา โดย
ท่านเจ้าคุณอุบาลีคุณูปมาจารย์ (สิริจนฺโท จันทร)

๑. เทศนาฌาปนกิจวิภาค

๒. วิชาจรณสัมปันโน

๓. พุทโธ

๔. ภควาติ

๕. สุวากุขาโต ภควตา ธมฺโม

จากหนังสือ

- อัดตโนประวัติและธรรมบรรยาย
- บันทึกธรรมเทศนา เล่ม ๑

เทศนาฉาปนกิจวิภาค*

อนิจจา วต สงฺขารฯ อุปปาทวยธมฺมิโน
อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺฌนฺติ เตสํ วูปสโม สุโขติ.

จะอธิบายบังสกุลวิธีที่ใช้กันมา สำหรับการศพ เป็นแบบแผนสืบเนื่องกันมาเรียกกันว่า นิมนต์พระบังสกุล คือให้พระจับสายโยงแล้วว่า อนิจจา วต สงฺขารฯ ฯลฯ สุขฺฯ แล้วพระชักเอาผ้าไป ถ้าจะถวายของอีกก็นิมนต์ให้ชักซ้ำอีก ๒ หรือ ๓ หน พระที่มาไม่ได้หรือมาไม่ทัน ก็นิมนต์ให้ชักแทน รู้กันทั้งชาวบ้านชาววัดว่า อนิจจา วต สงฺขารฯ ฯลฯ นี้เป็นตัวบังสกุล แต่ทางซึ่งพระบรมครูทรงอนุญาตให้ภิกษุผู้มักน้อยยินดีบังสกุลจีวรนั้น คือผ้าที่เขาพันศพไปทิ้งตามป่าช้า พระไปพิจารณา โดยเห็นว่าเป็นของไม่มีเจ้าของหงวแห่น นำไปชักฟอกเย็บย้อมบริโภค ชื่อว่า ผ้ามหาบังสกุล ส่วนผ้าที่เขาทอดทิ้งโดยวิธีอื่นไม่ได้พันศพ พระพิจารณาโดยเห็นว่าเป็นของไม่มีเจ้าของ แล้วนำไปทำให้เป็นของควรแล้วบริโภค ก็ชื่อว่า

*เรียบเรียงตั้งแต่เป็นพระราชาภิ ครอบพิมพ์ใหม่เมื่อเป็นพระโพธิวงศาจารย์

ผ้าบังสุกุล แต่ไม่ตั้งชื่อว่ามหาบังสุกุล เรียกแต่ว่าบังสุกุล
เฉย ๆ เท่านั้น ถ้าจะคำนวณตามโดยอาการนี้ คำว่าบังสุกุล
ดูเหมือนเป็นชื่อของจีวรที่เสร้างอมองเท่านั้น แต่ที่เข้าใจกัน
อยู่โดยมาก คำที่ว่า บังสุกุล ออกจะเป็นชื่อของ **อนิจุจาวต
สงฆาร** ถ้าจะให้เหมาะให้ตรงดี ชักบังสุกุลต้องทอดผ้า จะ
ใหญ่เล็กขาวเหลืองก็ควร จะชักแต่สายโยงเปล่าไม่แยบคาย

บัดนี้จะอธิบายเรื่องปลงศพเสียก่อน คำที่ว่า ปลง คือ
วางของหนัก เหมือนผู้ที่ยกแบกหามของหนัก ต้องปลงต้องวาง
ศพนี้เป็นของหนัก ด้วยเป็นของเหม็น เป็นของปฏิกุลน่าเกลียด
เหลือทนส่วนหนึ่ง เป็นของหนักแก่พวกสัปเหร่อผู้หามอย่าง
หนึ่ง เป็นของหนักแก่พวกญาติผู้จัดการทำธุระ คือ ต้องหนัก
ความรัก หนักความคิด หนักร่างกาย หนักทรัพย์ต้องจับจ่าย
ส่วนหนึ่ง การฉาปนกิจเผาศพจึงให้ชื่อว่า ปลงศพ เมื่อเผา
เมื่อปลงเสร็จแล้วอาการหนักเหล่านั้นสงบระงับดับลงสิ้น
จะเหลืออยู่ก็แต่ความรักเท่านั้น จึงชื่อว่าปลงศพ

อีกประเภทหนึ่ง ปลงศพนั้นเห็นจะหมายอนิจจสัญญา
นิจจสัญญาคือให้หมู่ญาติและมิตรซึ่งมาประชุมกันนั้น
พิจารณาให้เห็นความไม่เที่ยงและความเที่ยงของความ
เกิดและความตาย พิจารณาให้เห็นคุณและโทษของความ
เกิดและความตาย ความตายที่มีซากศพเป็นพยานนี้เป็น
ผลของความเกิด ถ้าเกิดแล้วต้องตายทุกคน แต่ความ
เกิดนั้นถ้าจะพรรณนาโดยคุณก็ไม่มีที่สิ้นสุด ในเบื้องต้นก็คือ

ทำความยินดีให้เกิดแก่มารดาบิดาไม่มีที่สิ้นสุด ครั้นเติบโต
เจริญขึ้นได้เล่าเรียนศิลปวิทยา ตั้งตนในที่ชอบจนได้สนองคุณ
บิดามารดาให้อิ่มใจ และได้สนองคุณครูบาอาจารย์ และคุณ
พระราชามหาอำมาตย์ บางคนก็ได้ปฏิญาณตนเป็นข้าพระ
รัตนตรัย คือถึงพระไตรสรณคมน์ เป็นอุบาสกอุบาสิกาใน
พระพุทธศาสนา หรือได้บวชเรียนในพระพุทธศาสนา เป็น
ศาสนูปถัมภก ยกย่องพระพุทธศาสนาจนได้รู้จักของจริง
ตามกระแสพระธรรมเทศนา ไม่ตื่นเต้นตกใจต่อความแก่
ไข้เจ็บตาย โดยเห็นว่าเป็นธรรมดา คือว่าที่ได้เป็นพระ
ราชามหาอำมาตย์ เป็นเศรษฐี คฤหบดี เป็นนักปราชญ์
บัณฑิต เป็นอุบาสกอุบาสิกา เป็นพระโสดา สกิทาคา
อนาคา อรหันต์ ล้วนเป็นผลของความเกิดทั้งสิ้น

ส่วนความตายนั้นก็มีคุณบ้างเหมือนกัน ถ้าหากจะมี
แต่เกิด ไม่มีตายเสียบ้าง ลองคิดดูสิแผ่นดินไม่พออาศัย
แต่ตายอยู่เสมอ ๆ ดังทุกวันนี้ ยังต้องแย่งบ้านแย่งเมือง
รบพุ่งชิงชัยแก่กันและกัน แย่งที่บ้านที่เรือน แย่งที่ไร่นา
แย่งที่ป่าที่สวน แย่งสินค้าของขาย แย่งพวงแพนวาแก่
กันและกัน ถึงกับได้ตั้งโรงศาลไว้ระงับคดี ถ้อยความเหลือ
ลำบากเหลือทนอยู่แล้ว ถ้าไม่ตายเสียบ้างจะเป็นอย่างไร
เรารู้ไม่ได้ กล่าวคุณของความเกิดและความตาย พอเป็น
เค้าทางไว้เพียงเล็กน้อย ความเกิด ความตายมีคุณมาก
พรรณนาไม่มีที่สิ้นสุด ฉันทใด แม้โทษก็มีมากจะพรรณนา

ไม่มีที่สิ้นสุดเหมือนกัน ฉะนั้น ธรรมชาติสิ่งใดมีคุณมาก ธรรมชาติสิ่งนั้นย่อมมีโทษมาก ดั่งดินน้ำไฟลมให้คุณแก่สัตว์ คือให้สำเร็จความปรารถนาได้ทุกประการ ที่ให้โทษแก่สัตว์ ก็เหลือเกิน จะหาอะไรเปรียบก็ไม่ได้เช่นเดียวกัน

เมื่อผู้เห็นโทษและคุณของเกิด ๆ ตาย ๆ ว่าเป็นของ สำหรับสัตว์ผู้เกิดมาในโลก ก็จะไม่เบื่อหน่ายต่อสังขาร ถ้าเกิด ความเบื่อหน่าย จะหนีทางใด ต้องหนีทางพระ ไบราณจึงชี้ ทางโดยปริศนา คือ ให้มีพระนำศพลสดอภิรรมองค์หนึ่ง พระผู้จะนำศพนั่นต้องเลือก คือ ที่เชื่อว่าท่านนั้นคงไม่กลับ เป็นคฤหัสถ์ต่อไปอีก ทั้งเป็นที่เคารพนับถือของตนด้วย ถ้า ได้ผู้เช่นนั้นในวงศ์ญาติยิ่งดีหนักขึ้น คือ พวกญาติที่มาทั้งหลายจะได้พิจารณาว่าท่านผู้นำหน้าศพไปนั้นแต่เดิมก็เกิด ร่วมวงศ์ญาติของเรา ถ้าท่านมีเหย้าเรือนเหมือนดังพวกเรา ท่านก็ควรจะได้รับความเศร้าโศกสะอื้นอาลัย เพราะเหตุแห่ง พ่อแม่ผัวเมียและลูกหลานเหลนตาย ดังพวกเราเช่นเดียวกัน อันนี้ท่านตัดอาลัยใยห่วงออกประพฤติพริต นับว่าท่านเกิด ในอริยชาติอริยภูมิ สมบูรณ์ด้วยกายวิเวก จิตตวิเวก ควร พวกเราผู้ไม่ชอบความเศร้าโศก จะออกประพฤติเพศอย่าง ท่านนั้นจึงจะชอบ

ซึ่งนำเวียนให้ช้ายแก่เชิงตะกอน ๓ รอบนั้น เป็นอุบาย บอกว่า ความเกิดแก่เจ็บตายเช่นนี้ จำเพาะมีอยู่ในกามภพ รูปภพ อรูปภพ ๓ ภพ ๓ ภูมิเท่านั้น การจัดการเผากการฝังกัน

เช่นนี้ จำเพาะมีอยู่ในกามภพเท่านั้น ควรจะให้เบื่องช้าแยแ่
มันเสีย อธิบายว่าไม่ควรยินดีต่อเชิงตะกอน และการจี
การเผาการฝังอย่างนี้บ่อย ๆ ดูเหมือนท่านจะสอนให้พวก
เราผู้มาในงานเผาศพ พิจารณาให้เกิดอนภิตสัณญูปลง
พระกรรมฐานให้เกิดขึ้นในตนอย่างนี้ เพราะเหตุนั้น ผู้มา
ในงานเผาศพ ควรแสดงอาการเคารพในศพ คือ เอา
ศพเป็นครูปลงพระกรรมฐาน จึงชื่อว่ามาปลงศพ ไม่
ควรจะมาแสดงความรื่นเริงเหลือเกิน จนถึงหัวเราะเฮฮา ไม่
ควรจะมาแสดงความเศร้าโศกเหลือเกิน จนถึงแกร้งไห้ร่ำไร
ชักนำผู้อื่นให้ใจเสียไปด้วย

ซึ่งทูปต๋อยมะพร้าวล้างหน้าซากศพนั้น เป็นอุบายบอกว่า
น้ำมะพร้าวนี้เป็นน้ำใสสะอาดปราศจากเปือกตม ถึงแม้ถูกทูป
ต๋อยล้างซากศพเช่นนี้ ก็ไม่แสดงความขุ่นมัวเศร้าหมอง และ
ไม่ละรสอันหวานของตนด้วย เปรียบดั่งน้ำใจของพระอริยเจ้า
ด้วยว่าพระอริยเจ้านั้น ถึงจะกระทบถูกต้องอารมณ์อันเข้มแข็ง
อย่างไร มีความตายเป็นที่สุด ก็มิได้แสดงอาการขุ่นมัว
เศร้าหมอง และไม่ละเมตตากฎาซึ่งเป็นปกติของตนด้วย
เพราะเป็นน้ำใจอันสะอาดปราศจากเปือกตมคือกิเลส ซึ่ง
เป็นเครื่องจะทำให้เศร้าหมอง ควรพวกเราทั้งหลายจะมี
ความยินดีพากเพียรละกิเลส ทำใจของตนให้ใสสะอาดดั่ง
น้ำมะพร้าว ซึ่งแสดงให้เห็นเป็นพยานนี้

การที่เอาเทียนรูปและดอกไม้ไปเผาศพนั้น คืออธิบาย

ว่าไปขอขมาโทษแก่ศพ เหตุใดจึงต้องขอขมาโทษ เรามีความผิดแก่ศพด้วยเหตุอะไร ออ! เราผิดมากทีเดียวเพราะความตายเป็นของมีอยู่แก่เรา เราควรกำหนดให้แน่ใจเสียทีเดียว ศพที่เราเผานี้เป็นเทวทูต คือเป็นทูตอันศักดิ์สิทธิ์ ดังเทวดามาทักว่าตัวของเจ้าก็จะเป็นอย่างนี้ ซึ่งเรา**ไม่รู้ว่าความตายมีอยู่ที่ตัวของเรา** และไม่เชื่อเทวทูตนั้นเอง **จึงต้องเกลียดจึงต้องกลัว** เป็นความประมาทเป็นความผิดของเรา จึงต้องมีเทียนธูปบูชาขอขมาโทษแก่ศพ ถ้าอย่างนั้นศพที่ตายแล้วเช่นนั้น จะรู้เนื้อรู้ตัวอดโทษให้แก่เราหรือ? ออ! ไม่ใช่อย่างนั้น ประสงค์ความที่เราทำถูกต้องในคลองธรรม ย่อมเป็นผลแก่เราเอง เปรียบดังเราทำสวนทำนา ดินที่สวนที่นาจะมีความยินดีให้เราทำก็ตาม ไม่ยินดีก็ตาม เมื่อเราทำลงที่ดีที่งามแล้ว ก็คงได้ผลตามภูมิตามประเทศสมความประสงค์อย่างเดียวกับเช่นนั้น

ยังมีวิธี ๓ หาบในวันแปรธาตุอีก คือ ต้องหาบ ๓ หาบ เวียนรอบเชิงตะกอนที่เผา กุ้ร้องหากันถึง ๓ รอบ จึงจะนำไปถวายพระ คนผู้หานั้นถ้าได้พวงญาติเป็นดีที่หนึ่ง ๓ หาบ นั้นเห็นจะเป็นอุบายบอกว่า ถ้าผู้เวียนวนหลงไหลอยู่ในภพทั้ง ๓ ต้องเกี่ยวข้องกับอาหารอย่างนี้ในกามภพ ต้องบริโภคอาหารหยาบ ต้องหาบต้องหามอย่างนี้ ในรูปภพ อรูปภพ มีปิตีเป็นอาหาร เป็นชาติ มีอาหารละเอียด แต่ถึงอย่างนั้นก็ไม่พ้นความห่วงเหนี่ยวด้วยใจ ชื่อว่ายังต้องหาบ



อาหารด้วยใจอยู่นั่นเอง การแสวงหาอาหาร เป็นอาหาร
ปริยัติทุกข เป็นทุกขสำคัญส่วนหนึ่ง ที่หาบเวียนกัฏฐองหา
กันนั้น เห็นจะเป็นอุบายบอกว่า พวกเราซึ่งได้มาเป็นญาติกันนี้
ต่างคนต่างหลงไม่รู้จักทางพระนิพพาน ธรรมดาผู้หลงทาง
ผู้ไปก่อนต้องร้องกู่หาผู้ตามหลัง ผู้ตามหลังก็ต้องร้องกู่หาผู้
ไปก่อน เช่นเดียวกันกับพวกเราซึ่งพากันหลงภพหลงชาติ
เวียนว่ายตายเกิด เวียนร้องไห้หาผู้ตายก่อนตายหลัง ไม่รู้
ว่าใครร้องไห้หาใคร และจะต้องยังหลงยังเวียนอยู่อย่างนี้ต่อไป
อีก กำหนดที่สุดชาติยังไม่ได้ น่าสมเพชเวทนานี้หนักหนา
ควรจะคิดตรึกตรองให้เห็นใจความอย่างนี้

แสดงวิธีปลงศพบโดยสังเขปไว้เพียงเท่านี้ แต่เป็นส่วน
อัตโนมัตติยาอธิบาย จะเห็นสมควรพอเป็นคติได้หรือไม่ได้
ข้อนั้นเป็นหน้าที่ของผู้อ่านผู้ฟัง

บัดนี้จะอธิบาย **อนิจจา วต สงฺขาร** ที่พระชกบังสุกุล
เป็นลำดับไป ความว่า **อนิจจา วต สงฺขาร** สังขารคือ
สิ่งอาศัยสภาวะธรรมปรุงขึ้นแต่ตั้งขึ้น จะเป็นอุปาทินนกะ มี
ใจครองก็ตาม หรืออุปาทินนกะ หาใจครองมิได้ก็ตาม จะ
เป็นปัญญากิสังขารคือกุศลเจตสิกก็ตาม หรืออปัญญากิ
สังขารคืออกุศลเจตสิกก็ตาม หรืออเนญชาภิสังขารคือ
อัญญสมานาเจตสิกก็ตาม หรือกายสังขาร วจีสังขาร
มโนสังขารก็ตาม ขึ้นชื่อว่าสังขารแล้วเป็นของไม่เที่ยงไม่ยั่งยืน
ที่เดียวหนอ **อุปาทายธมฺมิโน** มันมีความเกิดขึ้นและ

เสื่อมลึนดับไปเป็นธรรมดา **อุปปชิตวา นิรุชฌนติ** สังขาร
เหล่านั้นครันเกิดขึ้นแล้ว ก็ย่อมเสื่อมหลุดดับไป **เตสํ รูปสโม
สฺสฺโย** ถ้าถึงความระงับสังขารเหล่านั้น คือพระนิพพาน
เป็นสุขอันสะอาดปราศจากอามิสดังนี้

อธิบายเพื่อความนั้นว่า ให้โยคาวจรเจ้าแห่งโทษแห่ง
สังขารให้เห็นความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เพราะเกิด ๆ ดับ ๆ มี
แล้วหาไม่ ได้แล้วหายไป พระนิพพานเป็นธรรมระงับสังขาร
เหล่านั้นได้ จึงเป็นสุข ความระงับสังขารเป็นชื่อของนิพพาน
วิปัสสนาญาณเป็นชื่อของวิชาวิมุตติ วิชาวิมุตติเป็นธรรม
เครื่องระงับสังขาร เป็นมรรคคือสัมมาทิฏฐิญาณทัสสนะ
เป็นธรรมเครื่องรู้เท่าสังขาร ความรู้เท่าสังขารนั่นเองชื่อว่า
สังขารดับ สังขารระงับ อย่าเข้าใจว่าความตายเป็นชื่อของ
สังขารดับสังขารระงับ ความตายจะเป็นพระนิพพานไป ถ้า
ความตายเป็นพระนิพพาน พระนิพพานก็จะมีดับไป ไม่ต้อง
พากเพียรให้อริยมรรคเป็นขึ้นมีขึ้น ก็จักพากันได้พระนิพพาน
ทั่วไป นักปราชญ์ผู้ตรองธรรมมักเห็นว่าตายแล้วเป็นสิ้นเรื่อง
กัน ไม่มีอะไรจะไปเกิดอีก ความรู้ความเห็นที่ปรากฏอยู่
นี้เป็นแสงของธาตุซึ่งคุมกันอยู่เท่านั้น ถ้าธาตุแตกออกจากกัน
แล้ว เราเขาสัตว์บุคคลก็ดับกันเท่านั้น อีกพวกหนึ่งเห็นว่าธาตุ
คือดินน้ำไฟลมอากาศวิญญาณนี้ เป็นตัวตนจริง ๆ ตายแล้ว
ต้องเกิดอีกรำไป เคยเป็นมาอย่างใดก็เป็นไปอย่างนั้น ดัง
ต้นไม้ต้นหญ้าเคยเป็นสิ่งใดก็เป็นสิ่งนั้น จะกลายเป็นสิ่งอื่น

ไม่ได้ จะเอาบุญเอาบาปที่ไหนมาแต่งภพแต่งชาติ คนเรา
จะชั่วจะดี จะมีจะจน ก็เพราะความประพฤติดิของตนเท่านั้น
ทิวฐิทั้งสอองนี้ชื่อว่ามิจฉาทิวฐิ ทิวฐิ ทั้งสอองนี้ลงกัน คือ
ในเบื่องตันก็แลเห็นเพียงมารดาบิดาเท่านั้น เบื่องปลายก็เห็น
เพียงมรณะเท่านั้น ท่ามกลางก็เห็นเพียงชราพยาธิเท่านั้น
เข้าใจว่าตนเห็นปัจจุบันธรรมความเป็นจริง ความเห็นปัจจุบัน
ธรรมเพียงเท่านั้น จะเป็นทางพระนิพพาน ทางดับทุกข์ ทาง
ออกจากวัฏฏะหนีได้ เพราะว่าชาติชราพยาธิมรณะเป็นตัว
วัฏฏะ เป็นตัวทุกข์ เมื่อเปลื้องออกจากตนไม่ได้ คือเห็นว่า
ตนจะต้องแก่จะต้องไข้จะต้องตายจึงชื่อว่าติดวัฏฏะ ติดทุกข์
ตาย ชื่อว่าตายในห้วง ตายในสมมติ ชื่อว่าหลับตาตาย
นำเสียตายชาติที่เกิดมาได้เป็นบัณฑิต คิดอะไร ๆ ก็ได้
กว้างขวาง แต่งข้อธรรมข้อธรรมแนะนำผู้อื่นได้ลึกซึ้ง ส่วนตัว
ออกจากเกิดแก่เจ็บตายไม่ได้ ถ้าเกิดแก่เจ็บตายยังมีในตน
ตราบใด **อนิจจัง ทุกขัง อนตตา** ก็ยังมีอยู่ในตนตรานั้น เมื่อ
เกิดแก่เจ็บตายดับลงไม่มีในตนแล้ว **อนิจจัง ทุกขัง อนตตา**
ก็ดับไปตามกัน ตรงกับพระคาถาบาทท้ายว่า **เตสํ รูปสโม
สฺสฺส** สังขารเหล่านั้นเข้าถึงความระงับ เป็นนิพพานสุขดังนี้

พระนิพพานไม่ใช่ความตาย ท่านจึงให้ชื่อว่าอมตธรรม
คือเป็นธรรมอันไม่ตาย เพราะพระนิพพานเป็นธรรมอันไม่ตาย
จึงเป็นที่ปรารถนาของบัณฑิต คนพาลไม่ปรารถนา เพราะ
ไม่รู้ว่พระนิพพานจะมีรสอย่างไร **ส่วนท่านผู้เป็นบัณฑิต**



ท่านได้สัมผัสกายวิเวก คือศีล ได้แก่ องค์สัมมาวาจา
สัมมากัมมันโต สัมมาอาชีโว ท่านได้สัมผัสจิตตวิเวก คือ
สมาธิ ได้แก่ องค์สัมมาวาจาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ท่าน
ได้สัมผัสอุปวิเวก คือปัญญา ได้แก่ องค์สัมมาวาจาโม
สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ท่านได้สัมผัสอุปวิเวกคือปัญญา
ได้แก่ องค์สัมมาทิฐิ สัมมาสังกัปปो เมื่อท่านได้รู้รส
สัมผัสเพียงชั้นมรรคปฏิบัติทางตรงต่อ
พระนิพพาน เท่านั้นก็สิ้นความสงสัย เชื่อแน่ว่า
พระนิพพานมีความสุขจริง เพียงแต่ชั้นมรรคเท่านั้นยังสุข
หาส่วนเปรียบไม่ได้เสียแล้ว ท่านจึงเป็นนียโตบุคคล คือ
เป็นผู้เที่ยงที่จะได้ตรัสรู้ตามกำลังแห่งอุปนิสัยแห่งสาวก
บารมีภูมิ พระภิกษุสามเณรผู้พิจารณาบังสกุลและผู้ฟังพระ
เณรบังสกุล ควรพิจารณาให้เห็นโทษของสังขารว่าเป็นธรรมดา
ของสังขาร ต้องเกิดแก่เจ็บตายอย่างนี้เอง จึงเป็นทุกข์เหลือทน
ผู้มีปัญญาเพิกสังขารออกจากตนเสียได้ ตนที่เป็นสังขารก็จัก
ดับไป ตนที่เป็นวิสังขารก็จักปรากฏขึ้น เป็นองค์วิปัสสนาญาณ
ก็จักรู้จักรมซึ่งเป็นแก่นสารซึ่งมีอยู่ในตน จักพ้นจากความ
สงสัยได้ ชื่อว่าทำตนให้เป็นที่พึ่งแก่ตน จักเป็นผู้ลืมหินตาย
ตายนอกห่วง ไม่หลงตาย เป็นผู้ได้ที่พึ่งในพระพุทธศาสนา
เกิดมาชื่อว่ามีกำไร ไม่เสียทีที่ได้ประสบพบพระพุทธศาสนา
ควรพวกเราที่มีความตายเสมอกันซึ่งมาปลงศพพึงพิจารณา
ให้เห็นเนื้อความโดยนัยดังอธิบายมานี้เทอญฯ

วิชาจรรยาสัมปັນโน

พุทธบริษัทได้ตั้งใจมาสมาทานอุโบสถ หรือเบญจเวรวิริติ และสดับพระธรรมเทศนาในวันธรรมสวนะนี้ ก็ควรตั้งใจถึง คุณพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ ตามกำลังแห่งตน คำว่า ให้ถึงพระคุณนั้น หมายความว่า ให้รู้จักศีล สมาธิ ปัญญา สิกขาบัญญัติ นี่เป็นคุณของพระพุทฺธเจ้า ที่รู้ดังนี้เรียกว่า “คุณของพระพุทฺธเจ้า” เมื่อรู้แล้วจงทำสิ่งที่รู้นั้นมีในตน เป็นคุณของพระธรรม ความที่ปฏิบัติให้ศีล สมาธิ ปัญญามี ในตน คือความปฏิบัติดีปฏิบัติชอบนี้ เป็นคุณพระสงฆ์ เป็น สุปฏิปันโน อสุปฏิปันโน เมื่อถึงพระคุณอย่างนี้จึงนับว่าเป็นผู้ ถึงพระไตรสรณคมน์ ไม่ต้องถามผู้อื่นว่าตนเป็นอะไร รู้ได้ ที่ตนเอง และไม่ต้องถามว่าเวลาจะตายจะเอาอะไรเป็น ที่พึ่ง และไม่ต้องสั่งผู้อื่นให้คอยบอกทางเมื่อเวลาตาย มี อรหํ หรือ พุทฺโธ เป็นต้น ก็เมื่อตนรู้อยู่และมีอยู่ในตนเช่นนี้ แล้ว จะต้องให้ผู้อื่นบอกทำไม เมื่อเข้าใจพระคุณชัดเจนดังนี้ แล้ว จะได้บรรยายเนื้อความในวิชาจรรยาสัมปັນโนสืบต่อไป...

ผู้ที่ทำอะไรไม่ว่าสิ่งอันใดทั้งหมดต้องมีสมาธิ เป็นที่ตั้งจึงจะทำได้ เช่นกับจะอ่านหนังสือหรือจะเขียน

หนังสือ เป็นต้น ถ้าไม่มีความตั้งใจแล้วก็อาจไม่ได้ถ้อย
ได้ความอะไร หรือเช่นกับจะแต่งหนังสือ ถ้าใจไม่เป็นสมาธิ
ก็แต่งไม่ได้ เพราะฉะนั้น เมื่อผู้ที่จะทำสมาธินั้นให้ตั้งจิตมั่น
แล้วอธิษฐาน ต่อนั้นไปจะภาวนาว่า อรหิ ฯ หรือพุทโธ ฯ
หรือจะว่าติน ฯ หรือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา หรืออะไรก็ตาม
แล้วแต่ความถนัดของตน และไม่ต้องนึกภาวนาอยู่ในใจ
อย่างเดียว ไม่ต้องรู้เนื้อความอะไรจะไปทางไหน เพื่อจะกัน
อารมณ์อื่นไม่ให้เข้ามาได้ เมื่ออารมณ์เป็นอันเดียวแล้ว จึงมี
กำลังกล้า เป็นขณิกสมาธิ และอุปจารสมาธิ อัปนาสมาธิ
ดังนี้ เป็นสมถภาวนา เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว อยากรู้ในธรรม
เหล่าใด ก็จงยกจิตขึ้นสู่วิปัสสนา ตรวจตรองในธรรมเหล่า
นั้น ๆ ก็จะได้รู้ได้โดยชัดเจน อย่างนี้เป็นวิปัสสนาภาวนา



พุทโธ

...เบื้องหน้าแต่นี้ไปจงตั้งใจฟังพระธรรมเทศนา เพื่อจะ
อบรมศีลให้บริสุทธิ์สะอาด ปราศจากเครื่องเศร้าหมองของใจ
เครื่องเศร้าหมองนั้นก็คือ กิเลส ตัณหา มิจฉา อกุศล หลง
อวิชชา (ริษยา) พยาบาท เหล่านี้ อย่างหนึ่งอย่างใดก็ตาม
เมื่อเกิดขึ้นแล้วย่อมทำให้เศร้าหมอง **เมื่อใจเศร้าหมอง**
ขึ้นเวลาใด ก็ชื่อว่าศีลไม่บริสุทธิ์เวลานั้น การที่รักษาศีล
นี้ไม่ใช่ของง่าย เพราะต้องรักษาด้วยความประณีต แต่ก็
ไม่ยากอะไรเหลือเกินจนเหลือวิสัย ถ้ายากเหลือเกินแล้วจะ
รักษากันได้หรือ ผู้ที่ท่านรักษาได้ออกกมลไป ที่ว่าไม่ใช่ง่ายนั้น
เพราะต้องรักษาด้วยความประณีตไม่ใช่รักษาอย่างศีลวิชชา
ศีลวิชชานั้นตาม ๆ เขาไป ไม่รู้ว่าเหตุผลต้นปลายหรือสุข
ทุกข์จะเป็นไปอย่างไร เห็นเขารักษาก็รักษาตาม ๆ เขาไป
ก็แล้วกัน การที่ให้รักษาอารมณ์นั้น ก็เพื่อจะอบรมให้
ศีลบริสุทธิ์ เมื่อศีลบริสุทธิ์แล้วจึงจะเป็นเหตุแห่งความสุข
ความสุขที่จะมีมานั้นก็เพราะความที่ฝึกหัดรักษาอารมณ์
เมื่อรักษาไว้ดีคุ้นเคยแล้ว อารมณ์ภายนอกที่จะมากระทบ
ก็มีความรู้เท่าต่ออารมณ์นั้น ๆ ส่วนที่อยู่เฉย ๆ ไม่มีอะไร

มากะทบก็คงเฉยเป็นธรรมดา เช่นนั้นจะนับว่าดียัง
ไม่ได้ ที่ฝึกหัดอยู่ทุกวันนี้ เพื่อจะป้องกันอารมณ์ที่
มากะทบเข้าแล้วก็ไม่เป็นอะไร เพราะมีความรู้เท่าต่อ
อารมณ์นั้น ๆ เช่นนี้จึงจะนับว่าดีและเป็นเหตุแห่งความ
สุขเพราะศีลบริสุทธิ การที่ฝึกหัดเช่นนี้ต้องฝึกหัดเสียเมื่อ
ยังดี ๆ อยู่ ถ้าจะคอยว่าเราเจ็บไข้ลงจึงจะทำอารมณ์เช่นนั้น
เป็นอันไม่ไหว เวลาไม่พอเสียแล้ว ไหนทุกข์เวทนาที่จะมา
รบกวน แล้วจะเอาอะไรมาทำได้ ถ้าเราฝึกหัดของเราอยู่แล้ว
เมื่อความเจ็บไข้มาถึงเข้าก็ต้องทุกข์ร้อนอะไร เพราะเรา
เป็นนายทุกข์เสียแล้ว ก็ดูไปกำหนดตามไปเท่านั้น ส่วนทุกข์
นั้นก็ไปตามสภาพ ส่วนเราก็กำหนดรู้อยู่เช่นนี้ เท่ากับ
เราหาทรัพย์ไว้จับจ่าย เมื่อเวลาเจ็บไข้ลงหาไม่ได้ก็จะได้ใช้
ทรัพย์นั้น ๆ ถ้าเราไม่หาไว้เสียแต่เวลายังดีอยู่ เจ็บไข้ลง
แล้วจะเอาที่ไหนมาใช้ ก็ต้องอดกันเท่านั้นเอง การที่ฟัง
พระพุทธคุณนี้ ก็เพื่อจะให้รู้จักพระคุณ แล้วจะได้น้อม
เข้ามาสู่ตัว ถ้าฟังแล้วปล่อยไป ๆ ไม่ได้นำไปตรึกตรอง
และทำให้เกิดให้มีขึ้นในตนแล้ว ก็เท่ากับนั่งชมสมบัติของผู้อื่น
ส่วนตัวก็ไม่มีอะไร เพราะเหตุนี้ จึงให้น้อมพระคุณนั้น ๆ มา
สู่ตน...



ภควาติ

จงทำตนของตนให้เป็นเกาะเป็นฝั่งคือสภาวะที่พึ่งแก่ตน
ที่พึ่งที่จะมีแก่นั่นคนต้องทำเอาเองจึงจะเป็นที่พึ่งแก่ตนได้
จะเป็นโลกียสมบัติหรือโลกุตตรสมบัติก็ตาม ส่วนกิจในทางโลก
ที่เป็นโลกิสมบัตินั้น เราจะทำอะไรก็ตาม จะทำราชการหรือทำ
ไร่นาค้าขายอย่างไรก็ดี ต้องทำจนเต็มกำลังความสามารถ
ของตน ที่จะดีที่สุดเพียงใดต้องทำเพียงนั้น จะทำสิ่งใดก็ตาม
ต้องตั้งใจทำจริง ๆ สมบัติคือคุณความดีที่เราได้ทำด้วยความ
ตั้งใจจริงนั้น จึงเป็นของของตนได้ แต่คุณความดีที่จะได้ใน
โลกิสมบัตินั้น ก็ได้เพียงเมื่อมีชีวิตอยู่ พอตายแล้วเผาแล้วก็
หมดเรื่องกันเท่านั้น ความดีหรือความชั่วที่ยังเหลืออยู่ก็เป็นของ
ผู้อยู่ต่างหาก หาได้เป็นของเราไม่ ส่วนเราหมดเรื่องไปแล้วจะ
ดีสักเท่าใดหรือชั่วสักเท่าใดก็อยู่ไม่ได้ทั้งนั้น แต่ถ้าจะถือเสีย
ว่าตายแล้วก็เอาไปด้วยไม่ได้ ไม่ทำละ ถ้าคิดอย่างนั้น
ก็ไม่ควร ควรจะคิดว่าสิ่งใดในโลกเขานิยมยินดีเพียงไร
ควรทำจนเต็มกำลังความสามารถเพียงนั้น เพราะเราเกิด
มาในโลก คุณความดีเป็นเครื่องประดับโลก เราต้องทำให้เต็มที
แต่ต้องรู้ว่าจะติดตามตนไปไม่ได้ จะต้องประกอบในธรรมที่จะ

ติดตามตนไปด้วยอีกส่วนหนึ่งส่วนธรรมที่จะติดตามไปได้นั้น ก็ต้องจนเต็มกำลังความสามารถเหมือนกัน ถ้าเราไม่ทำเองแล้ว จะขอร้องให้ใครช่วยนั้นเป็นอันไม่สำเร็จประโยชน์ เพราะเช่นนั้นต้องตรวจดูว่าทาน ศีล เมตตา กรุณา เป็นต้น อย่างใดที่ยังไม่มีในตนก็บำเพ็ญเพียรให้เกิดมีขึ้น สมบัติเหล่านี้แหละที่จะติดตามไปได้ เป็นสมบัติของตนแท้ เมื่อตนทำได้เท่าใดก็เป็นสมบัติของตนเท่านั้น เพราะเช่นนั้นจึงควรแต่งตัวของเราเสียให้เรียบร้อยก่อน สิ่งใดที่เป็นเครื่องลามก เช่น โลภ โกรธ หลง เป็นต้น ที่เป็นตัวกิเลส ควรจะปราบปรามเสียด้วยศีล สมาธิ ปัญญา เครื่องลามกที่เป็นมลทินอยู่ในตนนั้นจึงจะกลับสะอาดหมดจดขึ้นได้ ข้อสำคัญซึ่งเป็นสิ่งที่พระองค์ต้องการจะให้มีในพุทธบริษัทนั้นคือให้เป็นผู้องอาจต่อความตาย แต่ไม่ใช่ให้อยากตายจนถึงต้องประหารตัวเองไม่ใช่เช่นนั้น คำที่ว่าให้มีความองอาจต่อความตายนั้นหมายความว่าให้รู้ คือรู้ว่าเราเป็นคนตายอยู่เสมอ ๆ แล้วจะต้องมานั่งหวนไหวอะไรกับความตายเมื่อจะอยู่ต่อไปอีกก็อยู่ไป เมื่อจะตายเพียงนี้ก็ตายไป ไม่ต้องตกอกตกใจอะไร ให้รู้ว่าในสภณกายอวัยวะนี้ไม่มีอะไรนอกจากทุกข์ นามรูป นามขันธ์ อะไรก็ไม่มีทั้งสิ้น ล้วนแต่เป็นสมมติบัญญัติหมดทั้งก้อนนี้ เมื่อรู้อยู่อย่างนี้แล้วก็ให้ดูทุกข์ กำหนดทุกข์อยู่เมื่อความตายมาถึงก็เป็นผู้ดูไปเท่านั้น อย่าให้มีความเศร้าเสียใจตาย ถ้ารู้ว่าตนนี้เป็นก้อนทุกข์และเป็นคนตายอยู่เสมอแล้ว จะมีความองอาจต่อความตายได้ และ

ไม่ควรคิดที่ว่าตายแล้วสูญหรือตายแล้วจะต้องไปเกิดเป็นนั่นเป็นนี่ ไม่ใช่เหตุที่จะพึงคิด เมื่อจะเกิดเป็นอะไรหรือไม่เกิดก็ตามต้องแล้วแต่เรื่อง เมื่อในปัจจุบันที่เห็นอยู่เดี๋ยวนี้ ตนเป็นอย่างไรต้องดูให้รู้เรื่องเสียแต่ในเวลาปัจจุบัน เมื่อปัจจุบันเราติดอยู่แล้วก็ต้องไปยุ่งอะไรกับกาลข้างหน้า เท่ากับเรามีทุนอยู่แล้ว ทางที่ควรคิดนั้นควรคิดหาทำไรให้เกิดขึ้นในตน ทำไรที่จะทำให้เกิดขึ้นนั้น...เมื่อจะทำความเพียรนั้นต้องทำใจให้มั่นคง อย่าไปย่อท้อต่อกิเลส กิเลสนั้นสำหรับมากระชิบที่จะไม่ให้ทำคุณความดีได้ เช่นกับจะนั่งสมาธิให้พระ หรือจะทำสมณาวนา เป็นต้น เขาก็คอยกระชิบเสียแล้วว่า เมื่อนักเจ้บหลังนัก นอนเสียเถอะ พอเชื่อเขาเข้าก็ลงนอน ครั้นนอนทำก็เลยหลับไปเท่านั้น ถ้าเขามากกระชิบเราเชื่อเขา เขาก็ฉวยเอาได้เช่นนี้ อีกอย่างหนึ่ง ให้มีความอดทนต่อทุกขเวทนา เมื่อทุกขเวทนาเกิดขึ้นแล้ว ก็ให้ดูตามทุกข์ที่เป็นสภาพของเขาต้องเป็นอย่างนั้น ถ้าไม่รู้สึกว่าเขาเป็นตามสภาพแล้ว ทุกข์นั้นก็จะมีมาชื้อคอเราได้ เช่นกับไปเห็นคนที่ใช้หนักทุกขเวทนาแก่กล้ามากจนไม่สามารถจะมีสติสัมปชัญญะอยู่ได้ เมื่อเห็นเข้าแล้วก็มาวิตกถึงตนว่าถ้าเราเป็นอย่างนี้ก็เห็นจะเต็มที อย่างนี้ไม่ควรคิด เพราะเป็นอนาคต เมื่อเราเป็นผู้รู้จักทุกข์อยู่แล้ว ควรจะคิดแต่ทุกข์ที่เป็นปัจจุบัน เมื่อเรากำหนดทุกข์ที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน ส่วนที่เป็นอนาคตก็เท่ากัน เราก็เป็นผู้อยู่เหนือทุกข์ ทุกข์ก็ไม่มาอย่าย่ำเราได้...

สุวากุขาโต ภควตา ฌมโม

...สุวากุขาโต ภควตา ฌมโม พระธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสแล้วดีเป็น สันติภูมิจิโก ผู้ปฏิบัติพึงเห็นได้ด้วยตนเอง เป็น อกาลิโก ไม่ต้องอ้างกาลเวลาเป็น เอหิปัสสิโก อวดเขาได้ เป็น โอปนยิโก ควรจะน้อมธรรมมาสู่ตนได้ เป็น ปัจจัตต เวทิตัพโพ รู้ได้เฉพาะตน ธรรมที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสดีนั้นดีจริง ตรัสชอบจริง ผู้ที่ได้รับโอวาทของพระองค์แล้วปฏิบัติตามก็ได้รับผลจริง เมื่อผลที่ตนได้รับนั้นก็พึงเห็นได้ด้วยตนเอง

เหมือนเช่นทานการให้ก็ได้รับผลในปัจจุบันนี้ ไม่ใช่ตายแล้วจึงจะได้รับ หรือชาติหน้าชาติโน้นจึงจะได้โดยส่วนเดียว ไม่ใช่เช่นนั้น อย่างมัวไปหมายชาติหน้าโดยส่วนเดียว ต้องรู้ว่าได้ในปัจจุบันนี้ด้วย คือเวลาที่เรابริจาคทานนั้น เราก็มีความยินดีที่จะบริจาคเวลาที่เรารู้ได้ให้ นั่นแหละเป็นความได้ของเราคือได้ให้ ส่วนปฏิคาหกผู้รับก็ยินดีรับ แปลว่าเขาได้รับ เขาได้ความยินดีในการรับ เราก็ได้ให้ เราก็ได้ความยินดีในการให้ เป็นอันว่าได้ด้วยกันทั้งสองฝ่าย ได้ทั้งผู้ให้ และได้ทั้งผู้รับ ผู้ที่ไม่ได้บริจาคก็ไม่ได้รับผลคือความยินดี

เช่นกัน ส่วนผู้บริจาคซึ่งไม่รู้จักผลของบุญที่ตัวได้อยู่แล้ว ยัง
มัวไปคอยเอาชาติหน้าต่อไปอีก ที่ได้อยู่ในปัจจุบันนั้นไม่รู้สึก
ตกลงนั่งทับนอนทับบุญอยู่แล้วก็รู้สึก

ส่วนศีลก็เหมือนกัน เมื่อเราตั้งใจสมาทานศีล ๕ เวลา
นั้นก็ใช่น้อยทาน และต่อมาสัตว์ที่ควรจะตายด้วยเราประหาร
ก็ไม่ต้องตาย ความเดือดร้อนแก่เราก็ไม่มี นี่ก็เป็นอภัยทาน
อย่างสำคัญส่วนหนึ่ง ทรัพย์สมบัติของผู้คนที่ควรจะหาได้
ด้วยเราเป็นขโมย แต่เมื่อเราสมาทานศีลอยู่แล้ว เราก็ไม่
ขโมย เช่นนี้เจ้าของทรัพย์ก็ไม่ต้องเดือดร้อนด้วยของหาย
เราก็ไม่ต้องเดือดร้อนในการที่ต้องพยายามขโมยเขา หรือไม่
ต้องเดือดร้อนในการที่เขาจับได้แล้วจะต้องรับโทษในโลกนี้
แม้จะไปในบ้านเรือนใครเขาก็ไม่รังเกียจ ภรรยา-สามีที่เขา
หวงแหนเราก็ไม่ต้องไปแย่งชิงเขา เขาก็ไม่ต้องเดือดร้อนใน
การที่เราไปแย่งเขา เราก็ไม่ต้องเดือดร้อนในการที่จะมีเวรมีภัย
ต่อกัน ผู้ที่ไม่ต้องการความเท็จก็ได้ความจริงต่อเรา และเรา
ก็ไม่ต้องตรึกตรองหาความเท็จที่จะมาหลอกลวงเขา และเรา
ก็ไม่ต้องให้ผู้อื่นติเตียนได้ว่าเป็นคนเสพสุรายาเมา และไม่
ทำให้โรคภัยเกิดเบียดเบียนตัวของเราเสียอีกด้วย มีอานิสงส์
เห็นได้ในปัจจุบันนี้

...ส่วนสมาธินั้น ที่ท่านให้ทำสมาธิก็ประสงค์จะให้เก็บใจ
ให้อยู่ที่ตัว ธรรมชาติของใจย่อมไปเที่ยวกินอารมณ์ภายนอก
เมื่อปล่อยให้ใจเที่ยวอยู่นอกตัวเสมอแล้วก็มักจะไปเที่ยว

หาเรื่องกลับมา คือ เมื่อไปพบสิ่งที่จะโลกก็โลกไป เมื่อไปพบสิ่งที่จะโกรธก็โกรธไป เมื่อไปพบสิ่งที่จะหลงก็หลงไป หรือไปพบสิ่งที่จะอิจฉาก็อิจฉาไป พบสิ่งที่จะพยายามก็พยายามไป เทียบได้หาเรื่องมาอย่างนี้และแล้วก็เอามาเผาตัว ที่ท่านให้มีสมาธิเพื่อจะกันอารมณ์เหล่านี้ และให้มีความรู้อยู่ที่ตัวเสมอ เมื่อเราจะยืนจะเดินจะนั่งจะนอน หรือจะทำอะไรอยู่ ก็ให้รู้ตัวเสมอว่าเราทำสิ่งนั้นสิ่งนี้อยู่ เมื่อมีความรู้อยู่เสมอก็เป็นสติปัญญา **ผู้ที่ไม่มีสมาธิ ใจก็ไม่ได้อยู่กับตัว เมื่ออารมณ์เหล่านี้ใดมากระทบเข้าก็เป็นไปตามอารมณ์เหล่านั้น** จึงเป็นผู้ไม่รับอาณิสสในความสะดวกสบายได้อยู่แต่ผู้ทำ ผู้ไม่ได้ทำก็ไม่ได้ด้วย

ส่วนปัญญานั้นให้มีความรู้เท่าตามเป็นจริง คือรู้คติของสังขาร คติของธรรมาคติของสังขารนั้น ให้รู้ว่าปรุงได้ แต่งได้ทุกอย่าง จะเป็นอะไรก็เป็นได้ จะให้ทำอะไรก็ทำได้ จะให้เป็นกุศลสังขารก็เป็นได้ หรือจะให้เป็นอย่างอื่นก็เป็นได้ เช่นกัน ทาน ศีล สมาธิ ปัญญา เหล่านี้ก็เป็นของปรุงได้แต่งได้ หรือจะให้สูงขึ้นไปอีกก็ให้เป็นวิชาวิมุตติด้วย อย่างนี้เป็นกุศลสังขารหรือเป็นบุญญาภิสังขาร ส่วนผู้ที่ฆ่าสัตว์ลักทรัพย์ ประพฤติมิชฌาจาร กล่าวมุสา เสพสุรา เป็นต้น ก็เป็นอบุญญาภิสังขาร เป็นของปรุงได้แต่งได้เหมือนกัน เมื่อเห็นว่าการปรุงแต่งนี้เป็นส่วนเลวทรามเป็นส่วนชั่ว พึงปรุงแต่งในส่วนที่เป็นบุญญาภิสังขาร เมื่อปรุงแต่งในบุญญาภิสังขาร

เต็มที่แล้ว จึงเป็นอนุญชาภิสังขาร เป็นสังขารกลาง หมดจาก
 ความปรุ่่งแต่ง ดังนั้นเป็นคติของสังขาร ส่วนคติของธรรมดา
 นั้นก็คือความเป็นเอง คือทานการให้การบริจาตก้เป็นเอง
 ศีลสมาธิปัญญาวิชชาวิมุตติก็เ็นของเป็นเอง เมื่อเราเข้าไป
 ปรุ่่งแต่งให้มีขึ้นที่ตนจึงเป็นบุญญาภิสังขาร ฆ่าสัตว์ลักทรัพย์
 กามมิจฉาจารก็เ็นเอง เป็นเองเ็นของตั้งอยู่มีอยู่ประจำ
 สำหรับโลก เมื่อเราไปปรุ่่งแต่งขึ้น ก็เ็นอนุญชาภิสังขาร
 ความจริงเ็นของมีอยู่ตั้งอยู่อย่างนี้ ก่อนแต่เราเกิดมาก็เ็น
 อย่างนี้ เราตายไปแล้วก็จักมีอยู่อย่างนี้เหมือนกัน เมื่อรู้
 อย่างนี้เรียกว่ารู้คติของธรรมดา ความรู้เท่าต่อคติของสังขาร
 และของธรรมนี้จึงนับว่าเป็นปัญญา ผู้ใดทำให้แจ่มแจ้งขึ้น
 ผู้นั้นก็ได้รับอานิสงส์คือความรู้ความฉลาดขึ้นเช่นนี้ เมื่อผู้ที่
 ไม่ได้ทำก็ไม่ได้รับอานิสงส์ด้วย เมื่อคำสั่งสอนของพระองค์
 เ็นวากขาตธรรมเช่นนี้แล้ว จึงเ็นสันทิฏฐิภุคกรรม คือ
 ผู้ปฏิบัติตามธรรมที่พระองค์กล่าวแล้วดี มีเว้นจากฆ่าสัตว์
 ลักทรัพย์ ประพฤติมิจฉาจาร กล่าวมุสา เสพสุรา เ็นต้น
 ย่อมเห็นได้รู้ได้ด้วยตนเอง เมื่อตนเ็นผู้ถึงความบริสุทธิ์อยู่แล้ว
 จะไปในที่ประชุมใด ๆ ย่อมเ็นผู้่องอาจ ไม่มีความครั่นคร้าม
 หรือจะไปในบ้านใดหรือใด เจ้าของบ้านก็เ็นที่ไว้วางใจได้
 ไม่ต้องกลัว และกลับเ็นมิตรเ็นสหายอันสนิทของเพื่อนบ้าน
 ได้ เพราะตนเ็นผู้มีศีลบริสุทธิ์อย่างนี้ จึงเ็นอกาลิภุคกรรม
 ให้ผลได้ ไม่มีเวลาชืดคั่น เมื่อตนปฏิบัติเวลาใดก็ได้ผล



เวลานั้น ไม่ต้องไปคอยรับผลชาติหน้าชาติโน้น ทำไปเท่าไร
เป็นต้องได้รับผลเรื่อยไปเท่านั้น จึงว่าให้ผลไม่ต้องอ้างกาล
อ้างเวลา...

ธรรมะบางตอน โดย
ท่านเจ้าคุณอุบาลีคุณูปมาจารย์
(สิริจนฺโท จันทร)

จากหนังสือ

- อัดตโนประวัติและธรรมบรรยาย
- บันทึกธรรมเทศนา เล่ม ๑
- กัณฑ์ ๒๘ กันยายน พ.ศ. ๒๔๖๗

เมื่อได้สดับโอวาทคำสั่งสอนเกิดความโสมนัสยินดีแล้ว ก็สมควรที่จะตั้งใจว่าข้อปฏิบัตินี้จะให้มีในตน เมื่อเกิดความยินดีอย่างนี้ ก็ต้องนับเนื่องด้วยลักษณะของศรัทธา นี้เอง เพราะคำสั่งสอนอย่างนี้เป็นโอวาทที่มีในตนของเราทุกคน ที่เราตั้งใจอย่างนี้นับว่าอาศัยศรัทธา เชื่อคำสั่งสอนของสมเด็จพระบรมศาสดาไปก่อน ครั้นตนกระทำแล้วให้เกิดความยินดี คือได้รับความสุขเป็นผล ก็เชื่อกันของตนนั้นแหละเป็นตัวศรัทธาแท้ ถ้ายังอาศัยเชื่อแต่บุคคลอื่นอยู่ ก็ยังไม่นับว่าเป็นศรัทธาแท้

(กัณฑ์ ๑๕ สิงหาคม ๒๔๖๗)



การฟังมีประโยชน์อย่างสูงสุด แต่ต้องอาศัยการฟังด้วยดี จึงจะเกิดผลเกิดประโยชน์ตามที่บรรยายไว้ อานิสงส์ที่บุคคลจะฟังได้ ท่านประสงค์ให้ถือเอาเนื้อความได้ด้วยดี ถ้าฟังแต่ถือเนื้อความไม่ได้ ประโยชน์ในการฟังก็น้อย เพราะมีความเชื่อความเลื่อมใสจะถือเอาเนื้อความก็ไม่ได้ ให้เข้าใจว่ามนุษย์เราที่อาศัยคนอื่นสั่งสอนแนะนำโดยส่วนเดียวนั้นไม่

สำเร็จ ต้องอาศัยฝึกหัดตนของตนทีละเล็กทีละน้อย การที่จะสอนตัวของตัวได้ ก็เพราะมีความเข้าใจตามพุทธโอวาทที่ตนได้สดับมา เมื่อความผิดบังเกิดขึ้นในตนที่สั่งสอนตนฝึกหัดตนของตนไป แต่การฟังเมื่อไม่เข้าใจเสียแล้วประโยชน์ก็ได้น้อย **ความรู้ในปริยัติธรรมจะมีมากสักปานใดก็ตาม เมื่อไม่เข้าใจยอมทำประโยชน์ให้สำเร็จไม่ได้** ในการปฏิบัติต้องอาศัยเข้าใจจึงจะทำประโยชน์ให้สำเร็จได้ แต่ถ้าเป็นแต่เรียนรู้เข้าใจเนื้อความฉลาดอาจหาญสารพัดทั้งปวง **แต่ความประพฤติไม่สมแก่ธรรม จะเรียกว่ารู้ไม่ได้** ท่านจึงแสดงไว้ว่า ธัมมานุธัมมปฏิบัติ ให้ปฏิบัติธรรมโดยสมควรแก่ธรรม คือให้ปฏิบัติสมควรแก่ความรู้ความฉลาด ถ้าหากว่ามีความรู้ความฉลาดจริงแล้ว และประพฤติปฏิบัติด้วย อย่างนี้จึงจะเป็นรสอย่างยิ่ง ความรู้ความฉลาดนั้นน้อย แต่ตั้งใจปฏิบัติทำตนให้พ้นจากทุกข์ได้ อย่างนี้ต้องนับว่าดีกว่าที่รู้มากแต่ไม่ปฏิบัติตาม เพราะผู้รู้มากแต่ไม่ปฏิบัติตามก็ไม่ได้มีความสุข (กัณฑ์ ๒๑ กัณยายน ๒๔๖๗)



ถ้ามีสังขารแล้วต้องมีวิสังขาร คำที่ว่าสังขารก็ปรากฏจากธรรมที่เป็นวิสังขารเพราะเหตุนั้น โยคาวจร ผู้แสวงหาของจริง เมื่อไปพบของที่ไม่จริง ก็จึงค้นหาถือเอาแต่ของจริง อย่าถือเอาของที่ไม่จริง ของจริงก็มีอยู่ที่ของไม่จริงนั่นเอง เหมือนอย่างเรามาพิจารณาว่าสังขารเป็นของไม่เที่ยง แล้วค้นเข้าไป

หาให้ถึงตัว เมื่อค้นไป ๆ ก็จะมีวิสังขารอีกทีหนึ่ง **อย่าไปถือแต่สังขารว่าตัวเราไม่เที่ยง ตัวเราเป็นทุกข์ ถ้าอย่างนี้ตัวของเราก็ต้องจมอยู่ในกองทุกข์นั่นเอง** ตกลงเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตะพึดตะพือไปทีเดียว เช่นนี้จะเอาความสุขที่ไหนมาเล่า เพราะไปยืนตายอยู่ที่ของไม่เที่ยงเสียแล้ว เหตุนี้ให้พิจารณาสังขาร **ค้นหาวิสังขาร ของที่มีจริงให้ได้จริง** ธรรมชาติของวิสังขารนั้นเป็นธรรมไม่ใช่ตัว แต่ไม่มีอนิจจัง ทุกขัง ต้องตรวจต้องตรองให้เห็น **ต้องเห็นที่ตัวของเรากำลังจะใช้ได้**

(กัณฑ์ ๒๑ กัณยานน ๒๔๖๗)



การกระทำศีลให้บริสุทธิ์ ทำจิตให้บริสุทธิ์ ทำทิวฐิให้บริสุทธิ์ คือกระทำให้แจ่มแจ้งชัดเจน ให้เห็นจริงตามความเป็นจริง จนให้สิ้นความสงสัยในพระพุทฺธ พระธรรม พระสงฆ์ที่เกิดขึ้นในตนให้จงได้ พึงให้เข้าใจมรรคคือทางไว้ก่อน ทางมี ๒ ทาง ทางนอกอย่างหนึ่ง ทางในอีกอย่างหนึ่ง ทางนอกได้แก่อารมณ์ที่เป็นภายนอกทั้งหมดทั้งสิ้นที่เพ่งออกไปภายนอก เหล่านี้ต้องนับว่าเป็นทางนอก เป็นนอกทางปฏิบัติยังไม่ตรงจริง ให้ดูทางในคือดูตนของตอนนี้แหละ ให้รู้จักแจ่มแจ้งจนชัดเจนในสังขารและวิสังขาร จนให้เกิดญาณทัสสนะขึ้นในใจให้เห็นว่า อ้อ อย่างนี้ที่เดียวหรือเป็นสังขาร อย่างนี้หรือเป็นวิสังขาร แล้วตัดสินใจของตนอย่างนี้ให้ได้ชัดเจนให้

เด็ดขาดทีเดียว เพื่อพิจารณาไปจนให้ได้ความ คือตัวสังขาร กับวิสังขารนี้ ว่าเป็นของมีอาศัยซึ่งกันและกันอยู่ ที่ว่าสังขตธรรมและอสังขตธรรม อย่างนี้แหละเป็นของมีอยู่ เป็นสภาวะธรรมแท้ทีเดียว ต่อเมื่อรู้จักสังขารชัดใจแล้ว จึงจะรู้จักวิสังขาร เพราะเป็นของที่ซับซ้อนกันอยู่ ต้องให้รู้จักจริงเห็นแจ้งตามความเป็นเอง อย่างไรจึงจะเป็นยถาภูตญาณทัสสนะ ความจริงขอให้ตรวจให้ซึ่งลงไปเถอะ ไม่มีอะไรที่ว่าเป็นของของเราจริง ๆ ในอัฐภาพร่างกายนี้เป็นแต่ของที่อาศัยเท่านั้น แต่ขอให้ดูขาขายาวเท่าไรก็ยาวเท่านั้น ตาอยู่ที่ไหนก็อยู่ที่นั่น จมูกปากอยู่ที่ไหนก็อยู่ที่นั่น ใครจะไปดกไปแต่งได้เมื่อไหร่ เป็นแต่อาศัยใช้สอยเขาได้เท่านั้น แม้ตัวเราจะอาศัยเขาได้จริง ๆ ก็ไม่แปลก แปลกอยู่ที่ว่าไม่ใช่ของของเรา เป็นธรรมไปเท่านั้น แม้ใจของเราก็เป็นธรรมคือตัววิสังขารเหมือนกัน ต้องตรวจตรองให้เห็นเป็นอันหนึ่งว่า ร่างกายนี้เป็นวิสังขารอย่างนี้เอง เป็นตัวธรรมอย่างนี้เอง ตัดความสงสัยลงไปตามสภาพของสังขารนี้ให้หมด ให้รวมอยู่ในตนก็จะเป็นผู้รู้จักโลกุตตรธรรมทีเดียว นักปราชญ์ที่ท่านนำมาแสดงทุกวันนี้ก็ฉลาดพอควรแล้ว แต่หากเราไม่เข้าใจเองจึงทำให้ยุ่งไป เมื่อได้ใจความว่าพระพุทธเจ้ามีธรรมเป็นส่วนแจกแล้ว ลูกศิษย์ก็ได้รับส่วนแจกของพระองค์เรื่อยมา ถึงพระองค์ปรินิพพานเสียเนิ่นนานแล้ว ก็ยังมีแจกกันเรื่อย ๆ มาทีเดียว แต่ครั้งมาภายหลังนาน ๆ เข้าหลาย ๆ พันปี จึงเปลี่ยนไปแปลงไป

ที่ว่าเสื่อม ๆ นั้นไม่จริง พระพุทธศาสนาของพระองค์ไม่เสื่อม
ไม่มีเสื่อมเลย เมื่อเห็นว่าศาสนาของพระองค์เสื่อม ก็ตกอยู่ใน
ไม่รู้มากยากนานั่นเอง และรู้น้อยไปก็ใช้ไม่ได้ไม่รู้ไม่ชี้เป็นหนี้
เขาจนตาย ตกอยู่ใน ๓ อย่างนี้แหละ เราต้องรู้ว่าพระพุทธเจ้า
ทรงแจกภาคยธรรม แจกแก่ภิกษุสามเณรอย่างนี้ โลกุตตร-
ธรรม พระองค์ก็แจกไว้ให้อย่างนี้ เมื่อรู้เนื้อความอย่างนี้แล้ว
ให้ตรวจตรองดูที่ในตัวของเราว่า เราได้รับส่วนแจกเช่นนี้
แล้วหรือยัง? เราได้เราถึงแล้วหรือยัง? ถ้าไม่มีก็พยายาม
กระทำให้มีขึ้น ถ้าเห็นว่าได้รับแจกในโลกุตตรธรรมแล้ว จะ
มีความปลื้มอกปลื้มใจหาน้อยไม่เลย เพราะรู้จักเห็นแจ้งขึ้น
ในตนของตน สิ้นสงสัยในโอวาทคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า
 และได้ประพฤติปฏิบัติตามด้วยอาการอย่างนี้ นี่แหละเป็น
ข้อสำคัญที่ฟังพระพุทธคุณในบทว่า ภควา ว่ามีเนื้อความ
อย่างไร ฟังก็เพื่อปรารภนาให้ตนออกจากวัฏสงสาร เมื่อ
ประพฤติตามอย่างนี้ ก็จะสำเร็จประโยชน์ของตน ๆ ปรารภนา
สิ่งใดก็จะได้สำเร็จทุกอย่างทุกประการ

(กัณฑ์ ๒๘ กัณยานน ๒๔๖๗)



พระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเป็นของละเอียด มี
เนื้อความลึกซึ้ง และยังมีเปลือกมีกระพี้่ออกไปอีก ถ้าเราไป
ฉวยเอาแต่เปลือกแต่กระพี้ ก็ไม่มีประโยชน์ต้องฟังให้ซึ่ง
เข้าไปในใจของตน การเทศน์ใด ๆ ก็มีประสงค์เหมือน

กัน คือประสงค์ที่จะให้พุทธบริษัทเข้าใจทุก ๆ คน แต่ผู้ฟังนั้นแหละเป็นของยาก ความรู้มีมาก ท่านก็เทศน์ให้ฟังมาก ส่วนผู้ที่ถือประโยชน์ในการฟังต้องอาศัยการฟังให้เข้าใจ ไม่ต้องมาก ไม่ต้องน้อย คำโบราณท่านว่า รู้มาก ยากนาน รู้น้อยพลอยรำคาญ ไม่รู้ไม่ชี้เป็นหนี้เขาจนตาย เราต้องรู้ทั้ง ๓ อย่างนั้นแหละ รู้มากเราก็อย่ำรู้มากไป รู้น้อยเราก็อย่ำรู้น้อยไป คือรู้ให้พอดีบพอดีของเรา ไม่รู้ไม่ชี้เป็นหนี้เขาจนตาย อย่างนี้เราก็เป็นคนรู้ คือไม่ให้เข้าตัวเราได้ทั้ง ๓ อย่าง ในการฟังธรรม ถ้าจะฟังต้องฟังให้เข้าใจ แล้วอาจจะขยายออกไปให้กว้างขวางได้ พระธรรมเป็นของลึบยากอยู่เหตุนี้คนอย่าพากันมีความประมาท แต่เมื่อรู้แล้วก็ไม่ต้องจดจำอะไร เมื่อรู้จริง ๆ แล้วก็รู้เท่านั้นเอง ไม่เหมือนอย่างเราท่องสวดมนต์อย่างนั้นต้องจำ ในที่นี้ต้องการแต่ความรู้ต่างหาก ไม่ต้องการจำอะไร...



พระบรมัตถ์นั้นได้แก่พระบรมัตถปิฎกทั้งสิน ชื่อว่าพระปริยัติธรรม เพราะเป็นธรรมชาติที่จะต้องศึกษาเล่าเรียนท่องบ่นจำทรงให้ขึ้นปากขึ้นใจทั้งนั้น ส่วนปฏิบัติธรรมนั้น ได้แก่ ศีล สมาธิ ปัญญา คือเป็นข้อปฏิบัติ จึงชื่อว่าปฏิบัติธรรม ส่วนปฏิเวธธรรม ได้แก่ มรรค ผล นิพพาน เป็นธรรมะที่จะต้องรู้แจ้งแทงตลอด จึงชื่อว่าปฏิเวธธรรม ธรรมทั้ง ๓ ประเภทนี้ เป็นสนธิฎฐิติโก อกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปนยิโก ปตฺยัตตํ ทั้งสิน...



กำจัดกิเลสออกได้ คือรู้เท่าทันสังขารและวิสังขาร เมื่อ
รู้ตนได้ในปริยัติธรรมและปฏิบัติธรรมโดยชัดเจนเช่นนี้ ส่วน
ปฏิเวธธรรมก็รู้อยู่เอง คือ ไม่ใช่อื่นออกไปจากปฏิบัติธรรม
พึงเข้าใจความว่า **ปฏิเวธธรรมเป็นผลของปฏิบัติธรรม
นั่นเอง**



วิสังขารธรรมนั้นหมายสภาวะความเป็นเอง ความจริง
สกนธ์กายนี้ดูให้ละเอียดแล้ว ก็จักแลเห็นได้ว่าล้วนแต่ของ
เป็นเองทั้งสิ้น การปรุงได้แต่งได้ ก็ปรุงก็แต่งได้ตามสภาพความ
เป็นเองทั้งสิ้น เหมือนอย่างอาการที่สูงต่ำดำขาว คีรีระ มือ
เท้า อวัยวะน้อยใหญ่ทั้งปวงซึ่งมีในสกนธ์กายนี้ ล้วนแต่ของ
เป็นเองทั้งสิ้น ที่ว่าบุญญาภิสังขาร อนุญญาภิสังขารปรุงแต่ง
นั้นก็จริง แต่แต่งได้เพียงให้ประณีตหรือให้เลวทรามเท่านั้น
ส่วนสภาวะที่เป็นตัวภพตัวชาตินั้น คงเป็นไปตามหน้าที่ของตน
ไม่เป็นวิปริณามธรรม คือไม่มีอนิจจัง ไม่มีทุกขัง คงมีอยู่แต่
อนัตตา คือไม่ใช่ตัว เป็นธรรมต่างหาก คือมารู้ตัวเป็นธรรม
รู้ธรรมเป็นตัว อย่างนี้แหละชื่อว่าปฏิเวธธรรมไม่ต้องกล่าวถึง
มรรคผลนิพพาน ข้อนั้นผู้ปฏิบัติเมื่อรู้แจ้งแทงตลอดแล้วจะ
พึงเห็นเอง เป็น **สนุทฺธิจฺจุโก** การจะรู้จะเห็นก็ไม่ต้องอ้างกาล
อ้างเวลา เพราะตนมีอยู่ทุกเมื่อ เป็น **อกาลโก** และอาจ
ทำทนายอวดผู้อื่นได้ว่าท่านจงมาดูเถิด เป็น **เอหิปสฺสโก**

และเป็นธรรมน้อมมาสู่ตนได้ ทั้งปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ เป็น
โอปนยิโก และเป็นธรรม อันผู้ปฏิบัติจะพึงรู้จำเพาะที่ตน
ไม่ต้องไปรู้ที่ผู้อื่น คือไม่ต้องไปหาหมอดู เป็น ปัจจุตัม
พุทธบริษัทพึงเข้าใจเถิด พระปริยัติ ปฏิบัติ ปฏิเวธ เป็น
สวากขาตธรรมแท้ จึงประกอบด้วยพระคุณทั้ง ๕ ประการ
มี **สนธิภูมิจิโก** เป็นต้น เป็นพยานในตนด้วยประการฉะนี้.



ธรรมะบางตอน จาก

คิริमानนทสูตร

แปลจากภาษาสยามฝ่ายเหนือสู่ภาษาสยามกลาง

โดย

ท่านเจ้าคุณอุบาลีคุณูปมาจารย์ (สิริจนฺโท จันทร)

เมื่อครั้งยังดำรงสมณศักดิ์พระธรรมธีรราชมหามุนี

ดูกรอานนท์ ถ้าหากว่ารูปร่างกายเป็นตัวตนเราแท้ เมื่อ
เขาแก่ เฒ่าชรา ตาฝ้า หูหนวก เนื้อหนังเหี่ยวแห้ง พันโยก
คลอนเจ็บปวดเหล่านี้ เราก็จะบังคับได้ตามประสงค์ ว่าอย่า
เป็นอย่างนั้น อย่าเป็นอย่างนี้ นี่เราบังคับไม่ได้ตามความ
ประสงค์ เขาจะเจ็บ จะไข้ จะแก่ จะตาย เขาก็เป็นไปตาม
หน้าที่ของเขา เราหมดอำนาจที่จะบังคับบัญชาได้ เมื่อตาย
เราจะพาเขาไปสักสิ่งสักอันก็ไม่ได้ ถ้าเป็นตัวตนของเราแล้ว
เราก็คงพาเขาไปได้ตามความปรารถนา

ดูกรอานนท์ ถึงเจตสิกก็ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ของตน
หากว่าจิตเจตสิกเป็นเราหรือเป็นของของเรา ก็จักบังคับได้
ตามประสงค์ว่า จิตของเราจะเป็นอย่างนี้ จงเป็นอย่างนั้น
จงสุขสำราญทุกเมื่อ อย่าทุกข์อย่าร้อนเลยดังนี้ ก็จักพึงได้
ตามปรารถนา นี่หาเป็นเช่นนั้นไม่ เขาจะคิดอะไรเขาก็คิดไป
เขาจะอยู่จะไปก็ตามเรื่องของเขา เพราะเหตุร่างกายจิตใจ
เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่ของของตนให้ปลงธุระเสีย
อย่าเข้าใจถือว่าเขาเป็นตัวตนแลของของตนเกิด

ดูกรอานนท์ ท่านจงไปบอกซึ่งสัญญาทั้ง ๒ ประการ

คือโดยเป็นรูปแลนามนี้ อนัตตา ไม่ใช่ตัวตนแลไม่ใช่ของ
ของตน ให้พระคิริมานนท์แจ้งทุกประการ เมื่อพระคิริมานนท์
แจ้งแล้ว อาพาธความเจ็บปวดแลทุกขเวทนาก็จักหายจาก
สรีระร่างกายแห่งพระคิริมานนท์สิ้นเสร็จหาเศษ บ มิได้
จักหายโดยรวดเร็วด้วย



แท้จริงบุคคลผู้มีปัญญารู้แล้ว ก็ให้สงเคราะห์ลงใน
อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาเท่านั้น บุคคลผู้มีปัญญาจะเจริญ
อสุกกรรมฐาน ท่านมิได้เจริญแต่ต้นลำดับไปจนถึงปลาย
เพราะเป็นการเนินช้า ท่านยกอาการอันใดอันหนึ่งขึ้นพิจารณา
สงเคราะห์ลงในอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ท่านก็ย่อมได้ถึง
มรรคผลนิพพานโดยสะดวก การที่เจริญอสุกกรรมฐานนี้
ก็เพื่อจะให้เบื่อหน่ายในร่างกายของตน อันเห็นว่าเป็น
ของสวयของงาม ทั้งวัตถุภายในแลภายนอก ให้เห็นเป็น
ของเปื่อยเน่าผุพัง จะได้ยกตนให้พ้นจากกิเลสตัณหา ผู้มี
ปัญญารู้แล้วไม่ควรชื่นชมยินดีในรูปตนแลรูปผู้อื่นทั้ง
รูปหญิงรูปชาย ทั้งวัตถุข้าวของสิ่งงามประณีตบรรจงอย่างใด
อย่างหนึ่งเลย เพราะว่าความรักทั้งปวงนั้นเป็นกองกิเลส
ทั้งสิ้น



ผู้รู้แล้วและมีได้ทำตามนั้น จะนับว่าเป็นคนรู้ไม่ได้
เพราะไม่เกิดมรรคเกิดผลสิ่งหนึ่งสิ่งใดเลย

การทำบุญกุศลทั้งหลายนั้น มิใช่จะทำให้บุญนั้นพาไปในที่อื่น ทำเพื่อระดับกิเลสอย่างเดียว อย่าเข้าใจว่าทำบุญกุศลแล้ว บุญกุศลนั้นจักยกเอาตัวนำเข้าไปสู่พระนิพพานเช่นนั้นหาไม่ได้ ทำเพื่อระดับกิเลสดับแล้วจึงจักไปพระนิพพานได้ กิเลสดับนั้นมิอยู่ที่ตัวของเรา ถ้าเราไม่ทำให้ดับ ใครจะมาช่วยดับให้ **ต้นเหง้าเคঁามูลของกิเลสดับอยู่ที่เรา** ถ้าเราดับไม่ได้ก็ไม่ถึงซึ่งความสุขในพระนิพพานเท่านั้น



บุคคลผู้ไม่รู้ไม่แจ้งไม่เข้าใจในพระนิพพาน ไม่ควรจะสั่งสอนพระนิพพานแก่ท่านผู้อื่น ถ้าขึ้นสั่งสอนก็จะพาท่านหลงหนทาง จักเป็นบาปเป็นกรรมแก่ตน ควรจะสั่งสอนแต่เพียงคลองแห่งทาง มนุษย์สุดติ สวรรค์สุดติ เป็นต้นว่าสอนให้รู้จักทาน ให้รู้จักศีล ๕ ศีล ๘ ให้รู้จักคลองแห่งกุศลกรรมบถ ให้รู้จักปฏิบัติมารดาบิดา ให้รู้จักอุปัชฌาย์ อาจารย์ ให้รู้จักก่อสร้างบุญกุศลต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์แก่ตนแลผู้อื่น เพียงเท่านี้ก็อาจจะได้มนุษย์สมบัติ สวรรคสมบัติ พอสมควรอยู่แล้ว



เมื่ออยากรู้จักนรกและสวรรค์และพระนิพพาน ก็ควรให้รู้เสียในเวลาก่อนที่ยังมีชีวิตอยู่ เมื่ออยากพ้นทุกข์ในนรก ก็รีบออกให้พ้นเสียแต่เมื่อยังไม่ตาย เมื่ออยากได้สุขในมนุษย์

หรือในสวรรค์หรือในนิพพาน ก็ให้รีบชวนชวายเป็นสุขเหล่านั้น
แต่เมื่อยังไม่ตาย จะถือว่าตายแล้วจึงจะพ้นทุกข์ในนรก ตาย
แล้วจึงจักไปสวรรค์ไปพระนิพพานดังนี้ เป็นอันใช้ไม่ได้



บุคคลทั้งหลายปรารถนาอยากพ้นทุกข์ หรือปรารถนา
อยากได้สุขประเภทใด ก็ควรให้ได้ถึงเสียแต่ในชาตินี้ ถ้า
ถือเอาภพหน้าเป็นประมาณแล้ว ถือว่าเป็นคนหลงผิดทั้งนั้น
แม้ความสุขอย่างสูงคือพระนิพพาน ผู้ปรารถนาก็พึงรีบ
ชวนชวายให้ได้ให้ถึงเสียแต่เมื่อยังเป็นคนมีชีวิตอยู่นี้



ผู้ที่วางใจทำตัวให้เป็นเหมือนแผ่นดินได้นั้น มีแต่บุคคล
ผู้เป็นนักปราชญ์แลเป็นสัตตบุรุษจำพวกเดียวเท่านั้น เพราะ
ท่านไม่ถือตัวถือตน ท่านวางใจให้เป็นเหมือนแผ่นดินได้ ท่าน
จึงได้ถึงพระนิพพาน ส่วนผู้ที่ถือตัว ใจปล่อยวางมิได้นั้น
แต่ล้วนเป็นคนโง่เขลาผิดทั้งนั้น บุคคลที่เป็นสัตตบุรุษ ท่าน
เห็นแจ้งชัดซึ่งอนัตตา ท่านถือใจของท่านไว้ก็เพียงแค่ให้รู้
บาปบุญคุณโทษประโยชน์แลโทษประโยชน์รู้ศีลทานการกุศล
แลอกุศล รู้ทางสุขทางทุกข์ในมนุษย์แลสวรรค์และพระ
นิพพานเท่านั้น ครั้นถึงที่สุดท่านก็ปล่อยวางเสียตามสภาวะ
แห่งอนัตตา ส่วนคนโง่เขลานั้นถือตนถือตัว ถือว่าร่างกาย
เป็นอัตตาตัวตน จึงปล่อยวางมิได้



ด้วยความสุขในโลกีย์เป็นความสุขที่เจออยู่ด้วยทุกข์
ครั้นเมื่อถือเอาสุขก็คือถือเอาทุกข์นั่นเอง ครั้นไม่วางสุขก็คือ
ไม่วางทุกข์นั่นเอง จะเข้าใจว่าเราจะถือเอาแต่สุข ทุกข์ไม่
ต้องการดังนี้ไม่ได้เลย เพราะสุขทุกข์เป็นของเนื่องอยู่ด้วยกัน
ถ้าไม่วางสุขเสียก็เป็นอันไม่พ้นทุกข์



สุขก็มีอยู่ต่างหาก ทุกข์ก็มีอยู่ต่างหาก ครั้นเราถือเอาสุข
เราก็ได้สุข เราก็ไม่ถือเอาทุกข์ ทุกข์ก็ไม่มีดังนี้ เพราะเหตุที่
เขาไม่รู้ว่าสุขกับทุกข์ติดกันอยู่ เขาจึงไม่พ้นทุกข์ เมื่อผู้ใด
อยากพ้นทุกข์ ให้วางสุขเสียก็เป็นอันละทุกข์วางทุกข์
ด้วยเหมือนกัน ใครเล่าจะมีความสามารถพรากสุขทุกข์
ออกจากกันได้ แต่เราตถาคตก็ไม่มีวิเศษที่จะพรากจากกันได้
ถ้าหากเราตถาคตพรากสุขและทุกข์ออกจากกันได้ เราจะ
ปรารถนาเข้าสู่พระนิพพานทำไม เราจะถือเอาแต่สุขอย่าง
เดียว เสวยแต่ความสุขอยู่ในโลกเท่านั้น ก็เป็นอันสุขสบายพอ
อยู่แล้ว นี่ไม่เป็นเช่นนั้น เราแสวงหาความสุขโดยส่วนเดียว
ไม่มีทางที่จะพึงได้ เราจึงวางสุขเสีย ครั้นวางสุข แล้วทุกข์
ไม่ต้องวาง ก็หายไปเอง อยู่กับเราไม่ได้ เราจึงสำเร็จ
พระนิพพานพ้นจากกองทุกข์ ด้วยประการดังนี้

ดูกรอานนท์ เราตถาคตเป็นผู้ไกลจากกิเลสแล้ว จึงได้
ซึ่งพระอรหันต์ บุคคลผู้ใดปราศจากกิเลสแล้ว บุคคลผู้นั้นก็เป็น
ผู้ได้พระอรหันต์เสมอกันทุกคน





พระอรหันต์ท่านเป็นผู้บริสุทธิ์ เป็นผู้พ้นทุกข์แล้ว ท่านไม่น้อมเข้าไปหาบุคคลผู้หนึ่งผู้ใดเลย **ครั้นบุคคลผู้ใดปรารถนาความสุขแล้วจงน้อมตัวเข้าไปหาท่าน** ท่านก็โปรดให้ได้ความสุขทุกคน **จะเข้าใจว่า พระอรหันต์ท่านเลือกหน้าเลือกบุคคล จักติเตียน อย่างนั้นไม่ควร** ถ้าแลผู้ใดพ้นจากกิเลสตามแลฬสдукคามได้แล้ว ชื่อว่าน้อมตัวเข้าไปหาท่าน ท่านก็โปรดนำเข้าสู่พระนิพพานเสวยสุขอยู่ด้วยท่าน ไม่เลือกหน้าบุคคลเลย เป็นแต่ผู้จมอยู่ด้วยกิเลสลามก ละกิเลสไม่ได้ ชื่อว่าไม่น้อมตัวเข้าไปหาท่านเอง



ดูกรอานนท์ แต่เบื้องต้น เมื่อเราตถาคตยังไม่รู้แจ้งว่า สุขแลทุกข์อยู่ติดต่อกัน เราก็ถือเอากุศลจิตอันเดียวหมายจักให้เป็นสุขอยู่ทุกเมื่อ ส่วนทุกข์จักไม่ให้มา ก็ตั้งหน้าบำเพ็ญกุศลจิตเรื่อยไป



บุคคลที่มีได้ตั้งอยู่ในศีล ๕ ถึงจะมีความรู้ความฉลาดมากมายสักเท่าใดก็ดี ก็ไม่ควรจะกล่าวคำประมาณแก่ผู้ที่มีศีล ๕ ผู้ที่มีศีล ๕ ก็ควรยินดีแต่เพียงชั้นศีลของตน ไม่ควรที่จะกล่าวคำประมาณในท่านผู้มีศีล ๘ ผู้ที่มีศีล ๘ ก็ควรยินดีแต่เพียงศีลของตน ไม่ควรที่จะกล่าวคำประมาณในท่านที่มีศีล ๑๐ ผู้ที่มีศีล ๑๐ ก็ควรยินดีอยู่ในชั้นศีลของตน

ไม่ควรจะกล่าวคำประมาทในท่านที่มีศีลพระปาติโมกข์ ถ้า
แลขึ้นกล่าวโทษติเตียนท่านที่มีศีลยิ่งกว่าตน ชื่อว่าเป็น
คนหลง เป็นคนห่างจากทางสุขในมนุษย์แลสวรรค์แลพระ
นิพพานแท้



ดูกรอานนท์ จะถือเอาความรู้ความไม่รู้เป็นประมาณ
ที่เดียวไม่ได้ ต้องถือเอาการละกิเลสได้เป็นประมาณ เพราะ
ว่าผู้จะถึงพระนิพพานต้องอาศัยการละกิเลสได้ส่วนเดียว
เมื่อละกิเลสได้แล้ว แม้ไม่มีความรู้มาก รู้แต่เพียงการ
ละกิเลสได้เท่านั้น ก็อาจถึงพระนิพพานได้ อันจักพ้นทุกข์
ในนรก แลได้เสวยสุขในสวรรค์แลพระนิพพาน ก็เพราะละเสีย
ได้ซึ่งกิเลสอย่างเดียว สิ่งที่ทำให้คนเราได้รับทุกข์อยู่ทุกวันนี้
ก็เพราะกิเลส ครั้นระงับดับกิเลสได้แล้ว เป็นเหตุให้ได้
ประสพสุขแลพ้นจากทุกข์ เมื่อละกิเลสไม่ได้ สุขก็ไม่ได้
ทุกข์ก็ไม่พ้น



ดูกรอานนท์ การที่จะได้ประสพสุขก็เพราะละกิเลสต่าง
หาก ที่มีความรู้ แต่มิได้ละเสียซึ่งกิเลสย่อมไม่เป็นประโยชน์
แม้แต่สิ่งใดสิ่งหนึ่งแก่ผู้มีความรู้นั้น แม้จะรู้มากแสนพระคัมภีร์
หรือมีความรู้หาที่สุดมิได้ก็ตาม ก็รู้อยู่เปล่า ๆ จะเอาประโยชน์
อันใดอันหนึ่งไม่ได้



เราตถาคตไม่สรรเสริญผู้ที่มีความรู้มากแต่ไม่มีศีล ผู้มีความรู้น้อยแต่เป็นผู้ตั้งอยู่ในศีลเราสรรเสริญแลนับถือผู้นั้นว่าเป็นคนดี



การที่นับถือบุคคลผู้หนาไปด้วยกิเลสว่าดีกว่าผู้ปราศจากกิเลส เราตถาคตไม่สรรเสริญเลย

ถ้าบุคคลผู้มีปัญญาแล้ว ไม่ทำตัวให้เป็นทุกข์เลย บุคคลผู้ไม่มีปัญญาก็ทำตัวให้เป็นทุกข์



ถ้าดับกิเลสได้มากก็เป็นบุญมาก ถ้าดับกิเลสได้น้อยก็เป็นบุญน้อย ถ้าดับกิเลสไม่ได้ก็ไม่เป็นบุญเลย **บาปอกุศลนั้นก็ไม่ใช่อื่น คือตัวกิเลสนั่นเอง** กิเลสก็คือตัวต้นหานั้นเอง ดับกิเลสต้นหาได้เท่าใดก็เป็นบุญเท่านั้น



การบวชมิใช่ว่ามุ่งประโยชน์อย่างอื่น บวชเพื่อระงับดับกิเลสเท่านั้น ถ้าไม่หวังเพื่อความดับกิเลสแล้ว ไม่ต้องบวชดีกว่า



ธรรมชาติผู้ที่มีปัญญาแท้ไม่ต้องกล่าวอะไรเลย ก็รู้ได้ด้วยปัญญาของตนเอง ไม่ต้องให้กล่าวเป็นการลำบาก เราตถาคตได้รับความลำบากเพราะพาลปุณฺณเท่านั้น ว่ากล่าวสั่งสอนแต่เพียงเล็กน้อยก็ไม่เข้าใจ เพราะเขาถือว่าเขาดีเสียแล้ว



ดูกรอานนท์ ธรรมบุคคลผู้ที่เป็นนักปราชญ์มีปรีชาทั้งหลาย ย่อมไม่ถือเนื้อถือตัวว่าเรา รู้ เราดีอย่างนั้นอย่างนี้ ท่านจะมีความรู้มากมายเท่าไรก็ได้ถือเนื้อถือตัวเหมือนอย่างพาลปุถุชน

เพราะฉะนั้น เมื่อท่านต้องการพระนิพพานแล้ว ไม่ควรจะถือว่าตัวรู้ตัวดีเป็นผู้ใหญ่ผู้สูงศักดิ์กว่าท่าน ยิ่งถือตนถือตัวขึ้นเท่าใด ก็ยิ่งให้คับประทุพระนิพพานเข้าเท่านั้น จึงว่าพาลปุถุชนทั้งหลายเป็นผู้ห่างไกลจากพระนิพพาน ด้วยเหตุที่เขามัวถือเนื้อถือตัวว่าตัวรู้ตัวดีอยู่



ดูกรอานนท์ เมื่ออยากรู้ว่าเราจะได้รับความสุขในสวรรค์ หรือจะได้รับความทุกข์ในนรก ก็จงสังเกตดูใจของเราในเวลาที่ยังไม่ตายนี้ ใจของเรามีสุขมากหรือมีทุกข์มาก ทุกข์เป็นส่วนนรกดิบ เมื่อตายแล้วก็ต้องไปตกนรกสุข สุขเป็นส่วนสวรรค์ดิบ เมื่อตายแล้วก็ได้ขึ้นสวรรค์สุข เมื่อยังเป็นคนอยู่ มีสุขหรือทุกข์มากเท่าใด แม้เมื่อตายไปก็จะมีสุขและมีทุกข์มากเท่านั้นไม่มีพิเศษกว่ากัน บุคคลผู้ปรารถนาความสุขในภพนี้และภพหน้าแล้ว จงรักษาใจให้ได้รับความสุข ส่วนตัวตนร่างกายข้างนอกนั้นไม่สำคัญ จักได้รับความสุข ความทุกข์ประการใดก็ช่างเกิด เมื่อตายก็ทิ้งอยู่เหนือแผ่นดินหาประโยชน์มิได้ ส่วนใจนั้นเป็นของติดตามตนไปในอนาคต

เบื้องต้นได้ เพราะจิตใจเป็นของไม่ตาย ที่ว่าตายนั้น ตายแต่รูปร่างกายธาตุแตกชั้นธดับเท่านั้น ถ้าจิตใจ ตายแล้วก็ไม่ต้องเกิดต้องตายต่อไปอีก กล่าวคือถึง พระนิพพาน



เข้าใจว่าตายแล้วจึงจะพ้นทุกข์ ครั้นเมื่อตายจริงก็ตาย แต่ธาตุแต่ชั้นธเท่านั้น ส่วนใจนั้นไม่ตายจึงไปเกิดอีก เมื่อ ไปเกิดอีกก็ต้องตายอีก เมื่อเช่นนี้จะพ้นทุกข์ได้อย่างไร ที่ นิยมกันว่าตายก็คือตายเน่าตายเหม็นกันอยู่อย่างทุกวันนี้ ชื่อว่าตายเล่น ตายไม่แล้ว ตายแล้วเกิด เกิดแล้วตาย หาต้น หาปลายมิได้ ที่ตายแท้ตายจริงคือตายทั้งรูปแตกชั้นธดับ ตายทั้งจิตทั้งใจ มีแต่พระพุทโธเจ้ากับเหล่าพระอรหันต- ชีณาสพเท่านั้น ท่านเหล่านี้ไม่ต้องกลับมาเกิดอีก



แม้เราตถาคตก็ช่วยใครให้พ้นทุกข์ และช่วยใคร ให้ได้สวรรค์และพระนิพพานไม่ได้ ได้แต่เพียงสั่งสอน ชี้แจงให้รู้สุขทุกข์ ให้รู้สวรรค์ ให้รู้พระนิพพาน ด้วย วาจาเท่านั้น อันกองทุกข์ โทษ บาปกรรมทั้งปวงนั้นก็คือ ตัวกิเลสตัณหา ครั้นดับกิเลสตัณหาได้แล้วก็ไม่ต้องตกนรก ถ้าดับกิเลสตัณหาได้มากก็ขึ้นไปเสวยสุขอยู่ในสวรรค์ ถ้า ดับกิเลสตัณหาได้สิ้นเชิงหาเศษมิได้แล้ว ก็ได้เสวยสุขใน พระนิพพานทีเดียว เราตถาคตบอกให้รู้แต่ทางไปเท่านั้น ถ้า

ผู้รู้ทางแห่งความสุขแล้วประพฤติปฏิบัติตามได้ก็ประสบสุขสมประสงค์ อย่างว่าแต่เราตถาคตเลย แม้พระพุทธเจ้าทั้งหลายที่ล่วงไปแล้วนับไม่ถ้วนก็ดี และจักมาตรัสรู้ในกาลเป็นภายหลังก็ดี จักมาช่วยพาเอาสัตว์ทั้งหลายไปให้พ้นจากทุกข์แล้วให้ได้เสวยสุขเช่นนั้นไม่มี มีแต่มาแนะนำสั่งสอนให้รู้สุขรู้ทุกข์รู้สวรรค์และพระนิพพานอย่างเดียวกับเราตถาคตนี้

บุคคลจำพวกใดคอยทำให้ผู้อื่นช่วยยกตัวให้พ้นจากทุกข์ นำตัวไปให้ได้เสวยสุข บุคคลจำพวกนั้นเป็นคนโง่หาปัญญา มิได้ แต่เราตถาคตรู้รณสวรรค์ทุกข์สุขอยู่แล้ว แลหาอุบายที่จะพ้นทุกข์ได้อย่างไร ถึงแม้พระพุทธเจ้าจะตรัสรู้ในเบื้องต้นก็เหมือนกัน มีแต่แนะนำสั่งสอนให้รู้สุขทุกข์สวรรค์และพระนิพพานเท่านั้น ผู้ที่จะต้องการสุขทุกข์อย่างใดนั้นแล้วแต่อัธยาศัย แต่ว่าต้องศึกษาให้รู้แน่แน่นอนเสียก่อนว่าทุกข์ในนรกเป็นอย่างไร สุขในสวรรค์เป็นอย่างไร สุขในพระนิพพานเป็นอย่างไร เมื่อรู้แล้วยังจักมีทางได้ถึงบ้าง คงจักไม่ท่องเที่ยวอยู่ในวัฏสงสารเนิ่นนานเท่าไรนัก ถ้าไม่รู้แจ้งแต่เมื่อยังมีชีวิตอยู่ก็ไม่อาจจักพ้นได้เลย และได้ชื่อว่าเป็นผู้เกิดมาเสียชาติเป็นมนุษย์



ถ้าปรารถนาจักถึงพระนิพพานแล้ว ต้องทำจิต
ทำใจของตนให้เป็นเหมือนแผ่นดินเสียก่อน



อนึ่ง เมื่อท่านมีทุกข์แล้ว จะนำทุกข์ของท่านมาให้เราก็คannotได้ เรามีทุกข์แล้วจะนำทุกข์ไปให้ท่านผู้อื่นก็ไม่ได้ แม้ความสุขก็มีอาการเช่นกัน สุขแลทุกข์ไม่มีใครช่วยกันได้ สิ่งที่จะช่วยให้พ้นจากทุกข์ได้มีแต่อำนาจแห่งกุศลผลบุญ มีการให้ทานแลรักษาศีลเป็นต้นเท่านั้นที่จะเป็นผู้ช่วยให้พ้นจากทุกข์ได้ มนุษย์แลเทวดาอินทร์พรหมแลใคร ๆ จะมาช่วยให้พ้นทุกข์และให้ได้เสวยสุขนั้นไม่ได้ ที่สุดแม้เราตถาคตผู้ทรงซึ่งทศพลญาณเห็นปานนี้ ก็ไม่อาจช่วยใครได้ ได้แต่เป็นผู้ช่วยแนะนำตักเตือนให้รู้สุขทุกข์และสรวรรค์นรกเท่านั้น ตัวต้องยกตัวเอง ถ้ารู้ว่านรกแลสรวรรค์อยู่ที่ตัวแล้วยกตัวให้ขึ้นสรวรรค์ไม่ได้ ก็ชื่อว่าเกิดมาเสียชาติ และเสียเวลาที่ได้เกิดมาพบพระพุทธศาสนา น่าเสียดายชาติที่ได้เกิดเป็นรูปเป็นร่างกายมีอวัยวะพร้อมบริบูรณ์ทุกอย่างทั้งได้พบพระพุทธศาสนาด้วย สมควรจะได้สรวรรค์แลพระนิพพานโดยแท้ เหตุไฉนจึงเหยียบย่ำตัวเองให้จมอยู่ในนรกเช่นกัน น่าสังเวชนัก

ท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทตฺโต
(พ.ศ. ๒๔๑๓ - พ.ศ. ๒๔๙๒)



ท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทตฺโต

นามเดิม มั่น
สกุล แก่นแก้ว
เกิดที่ บ้านคำบง อำเภอนิคม
 จังหวัดอุบลราชธานี
 เมื่อวันที่ ๒๐ มกราคม พ.ศ. ๒๔๑๓
 ตรงกับวันพฤหัสบดี เดือนยี่ ปีมะเมีย
โยมบิดาชื่อ นายคำด้วง แก่นแก้ว
โยมมารดาชื่อ จันทร์ แก่นแก้ว

บรรพชาเป็นสามเณร เมื่ออายุ ๑๕ ปี

อุปสมบทเป็นพระภิกษุ เมื่อวันที่ ๑๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๔๓๔
โดย พระอริยกวี (อ่อน) เป็นพระอุปัชฌาย์

ท่านมรณภาพ ณ วัดป่าสุทธาวาส อำเภอเมือง จังหวัดสกลนคร
เมื่อวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๔๙๒ รวมสิริอายุได้ ๘๐ ปี

ธรรมะบางตอน โดย
ท่านพระอาจารย์มั่น ภูริทัตตเถระ

จากหนังสือ

- มุตโตทัย โอวาท



การบำรุงรักษาสิ่งใด ๆ ในโลก การบำรุงรักษาดน
คือใจเป็นเยี่ยม จุดที่เยี่ยมยอดของโลกคือใจ ควรบำรุง
รักษาด้วยดี ได้ใจแล้วคือได้ธรรม เห็นใจตนแล้วคือเห็น
ธรรม รู้ใจแล้วคือรู้ธรรมทั้งมวล ถึงใจตนแล้วคือถึงพระ
นิพพาน ใจนี้คือสมบัติอันล้ำค่า จึงไม่ควรอย่างยิ่งที่จะ
มองข้ามไป คนพลาดใจคือไม่สนใจปฏิบัติต่อใจดวงวิเศษ
ในร่างนี้ แม้จะเกิดสักร้อยชาติพันชาติก็คือผู้เกิดผิดพลาด
อยู่นั่นเอง เมื่อทราบแล้วว่าใจเป็นสิ่งประเสริฐในตัวเรา จึง
ไม่ควรให้พลาดทั้งที่รู้ ๆ จะเสียใจภายหลัง ความเสียใจ
ทำนองนี้ไม่ควรให้เกิดขึ้นได้เมื่อทราบอยู่อย่างเต็มใจ มนุษย์
เป็นชาติที่ฉลาดในโลก แต่อย่าให้เราที่เป็นมนุษย์ทั้งคนใจ
เต็มตัว จะเลวเต็มทนและหาความสุขไม่เจอ กิจกรรมทั้ง
ภายในภายนอกของสมณะ เป็นกิจหรืองานตัวอย่างของโลก
ได้อย่างมัน เพราะเป็นกิจที่ชาวสะอาดปราศจากมลทินโทษ
ทั้งกิริยาที่ทำและงานที่ประกอบจัดว่าชอบด้วยอรรถด้วยธรรม
จึงควรบำรุงส่งเสริมสมณกิจของตน ให้มีความเจริญรุ่งเรือง
ยิ่ง ๆ ขึ้นไป จะเป็นผู้เจริญรุ่งเรืองในที่ทุกสถานตลอดกาล

ทุกเมื่อ สมณะผู้รักในศีล รักในสมาธิ รักสติ รักปัญญา รักความเพียร จะเป็นสมณะอย่างเต็มภูมิทั้งปัจจุบันและอนาคตอันใกล้นี้ ธรรมที่แสดงนี้คือธรรมของท่านผู้มีความเพียร ของท่านผู้อดทน ของท่านผู้เป็นนักต่อสู้เป็นยอดคน ของผู้พ้นจากทุกข์โดยสิ้นเชิง ปราศจากสิ่งกดขี่บังคับ ของท่านผู้เป็นอิสระอย่างเต็มภูมิ คือพระพุทธเจ้าเป็นศาสดาของโลกทั้งสาม ถ้าท่านเห็นว่าธรรมทั้งนี้เป็นธรรมสำคัญสำหรับท่าน ท่านจะเป็นผู้ไม่มีกิเลสในไม่ช้านี้ จึงขอฝากธรรมไว้กับท่านนำไปพิจารณาด้วยดี

สรณะทั้ง ๓ คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มิได้เสื่อมสูญอันตรธานไปไหน ยังปรากฏอยู่แก่ผู้ปฏิบัติ เข้าถึงอยู่เสมอ ผู้ใดมายึดถือเป็นที่พึ่งของตนแล้ว ผู้นั้นจะอยู่ในกลางป่าหรือเรือนว่างก็ตาม สรณะทั้ง ๓ ก็ปรากฏแก่เราอยู่ทุกเมื่อ จึงว่าเป็นที่พึ่งแก่บุคคลจริง เมื่อปฏิบัติตามสรณะทั้ง ๓ จริง ๆ แล้ว จะคลาดแคล้วจากภัยทั้งหลาย อันก่อให้เกิดความร้อนกร้อนใจได้แน่นอนทีเดียว...

- ดีใดไม่มีโทษ ดินนั้นชื่อว่าดีเลิศ
- ได้สมบัติทั้งปวงไม่ประเสริฐเท่าได้ตน เพราะตัวตนเป็นที่เกิดแห่งสมบัติทั้งปวง

เรื่องวาสนา*

กุศลวาสนา อกุศลวาสนา อัปยาคตวาสนา

อริยาคัยของสัตว์ เป็นมาแล้วต่าง ๆ คือ ดี เลว และ กลาง ๆ วาสนาก็เป็นไปตามอริยาคัย คือ วาสนาที่ยิ่งกว่าตัว วาสนาเสมอตัว วาสนาที่เลวทราม บางคนเป็นผู้มีวาสนายิ่ง ในทางดีมาแล้ว แต่คบกับพาล วาสนาก็อาจเป็นเหมือน คนพาลได้ บางคนวาสนายิ่งอ่อน แต่คบกับบัณฑิต วาสนาก็เลื่อนขึ้นไปเป็นบัณฑิต บางคนคบมิตรเป็นกลาง ๆ ไม่ดี ไม่ร้าย ไม่หายนะ ไม่เสื่อมทราม วาสนาก็พอประมาณ สถานกลาง ฉะนั้น บุคคลพึงพยายามคบบัณฑิต เพื่อ เลื่อนภูมิวาสนาของตนให้สูงขึ้นโดยลำดับ

*เรื่องวาสนานี้ เป็นธรรมเทศนาของท่านพระอาจารย์มั่น ที่พระภิกษุทองคำ ญาโณภาโส กับพระภิกษุวันอุตฺตโม ได้จดบันทึกไว้ในปัจฉิมสมัย

อุบายแห่งวิปัสสนา อันเป็นเครื่องถ่ายถอนกิเลส

ธรรมชาติของดีทั้งหลาย ย่อมเกิดมาแต่ของไม่ดี อุปมา
ดังดอกปทุมชาติอันสวย ๆ งาม ๆ ก็เกิดขึ้นมาจากโคลนตม
อันเป็นของสกปรก ปฏิกูล น่าเกลียด แต่ว่าดอกบัวนั้น
เมื่อขึ้นพ้นโคลนตมแล้วย่อมเป็นสิ่งที่สะอาด เป็นที่ทัดทรง
ของพระราชาอุปราช อำมาตย์ และเสนาบดี เป็นต้น
และดอกบัวนั้นก็มิกลับคืนไปยังโคลนตมอีกเลย ข้อนี้เปรียบ
เหมือนพระโยคาวจรเจ้าผู้ประพาศพิพากเพียรประโยคพยายาม
ย่อมพิจารณาซึ่งสิ่งสกปรกน่าเกลียด จิตจึงพ้นสิ่งสกปรก
น่าเกลียดได้ สิ่งสกปรก น่าเกลียดนั้นก็คือตัวเรานั่นเอง
ร่างกายนี้เป็นที่ประชุมแห่งของโสโครก คืออุจจาระ ปัสสาวะ
(มูลร คุถทั้งปวง) สิ่งที่อยู่ออกจากผม ขน เล็บ ฟัน หนัง
เป็นต้น ก็เรียกว่า ขี้ ทั้งหมด เช่น ขี้หัว ขี้เล็บ ขี้ฟัน ขี้ไคล
เป็นต้น เมื่อสิ่งเหล่านี้ร่วงหล่นลงสู่อาหารมีแกง กับ เป็นต้น
ก็รังเกียจ ต้องเททิ้ง กินไม่ได้และร่างกายนี้ต้องชำระ
อยู่เสมอจึงพอเป็นของดูได้ ถ้าหากไม่ชำระขัดสีก็จะมีกลิ่น
เหม็นสาบ เข้าใกล้ใครก็ไม่ได้ของทั้งปวง มีผ้าแพร เครื่องใช้
ต่าง ๆ เมื่ออยู่นอกกายของเราก็เป็นของสะอาดน่าดู แต่

เมื่อมาถึงกายแล้วนี่ก็เป็นของสกปรกไป เมื่อปล่อยไว้นาน ๆ
เข้าไม่ซักฟอก ก็เข้าใกล้ใครไม่ได้เลย เพราะเหม็นสาบ
ดังนั้นจึงได้ความว่าร่างกายของเรานี้เป็นเรือนมูตรเรือนคู
เป็นอสุภะของไม่งาม ปฏิภูณ่าเกลียด เมื่อยังมีชีวิตอยู่ก็
เป็นถึงปานนี้ เมื่อชีวิตหาไม่แล้วยังจะสกปรกหาอะไรเปรียบ
เทียบมิได้เลย เพราะฉะนั้น พระโยคาวจรเจ้าทั้งหลายจึง
พิจารณาร่างกายอันนี้ให้ขำนิขำนานาญด้วยโยนิโสมนสิการ
ตั้งแต่ต้นมาทีเดียว คือขณะเมื่อยังเห็นไม่ชัดเจน ก็
พิจารณาส่วนใดส่วนหนึ่งแห่งร่างกายอันเป็นที่สบายแก่จริต
จนกระทั่งปรากฏเป็นอุคคหนิมิต คือปรากฏส่วนแห่งร่างกาย
ส่วนใดส่วนหนึ่ง แล้วก็กำหนดส่วนนั้นให้มาก เจริญให้มาก
ทำให้มาก การเจริญทำให้มากนั้น พึงทราบอย่างนี้ อัน
ชาวนาเขาทำนา เขาก็ทำที่แผ่นดินไถที่แผ่นดิน ดำลงไป
ในดิน ปีต่อไปเขาก็ทำที่ดินอีกเช่นเคย เขาไม่ได้ทำนา
ในอากาศกลางหาว คงทำแต่ที่ดินอย่างเดียว ข้าวเขาก็ได้
เต็มยุ้งฉางเอง เมื่อทำให้มากในที่ดินนั้นแล้ว ไม่ต้องเรียก
ว่า ข้าวเอ๋ยข้าว จงมาเต็มยุ้งฉาง ข้าวก็จะหลั่งไหลมาเอง
และจะห้ามว่า ข้าวเอ๋ยข้าว จงอย่ามาเต็มยุ้งฉางเราฉะ
ถ้าทำนาในที่นั้นเองจนสำเร็จแล้ว ข้าวก็จะมาเต็มยุ้งเต็มฉาง
ฉันใดก็ดี พระโยคาวจรเจ้าก็ฉันนั้น คงพิจารณาภายใน
ที่เคยพิจารณาอันถูกนิสสัย หรือที่ปรากฏมาให้เห็นครั้งแรก
อย่าละทิ้งเลยเป็นอันขาด การทำให้มากนั้น มิใช่หมาย

แต่การเดินจงกรมเท่านั้น ให้มีสติหรือพิจารณาในที่ทุก
สถานในกาลทุกเมื่อ ยืน เดิน นั่ง นอน กิน ดื่ม
ทำ คิด พุด ก็ให้มีสตรอบคอบในกายอยู่เสมอ จึง
จะชื่อว่าทำให้มาก เมื่อพิจารณาในร่างกายนั้นจนชัดเจน
แล้ว ให้พิจารณาแบ่งส่วน แยกส่วนออกเป็นส่วน ๆ ตาม
โยนิโสมนสิการตลอดจนกระจายออกเป็นธาตุดิน ธาตุน้ำ
ธาตุไฟ ธาตุลม และพิจารณาให้เห็นไปตามนั้นจริง ๆ อุบาย
ตอนนี้ตามแต่ตนจะใคร่ครวญออกอุบายตามที่ถูกจริตนิสัย
ของตน แต่อย่าละทิ้งหลักเดิมที่ตนได้รู้ครั้งแรกนั้นเทียว
พระโยคาวจรเจ้า เมื่อพิจารณาในที่นี้พึงเจริญให้มาก ทำให้
มาก อย่าพิจารณาครั้งเดียว แล้วปล่อยทิ้งตั้งครึ่งเดือน
ตั้งเดือน ให้พิจารณาก้าวเข้าไป ถอยออกมา เป็นอนุโลม
ปฎิโลม คือเข้าไปสงบในจิต แล้วถอยออกมาพิจารณากาย
อย่าพิจารณากายอย่างเดียว หรือสงบที่จิตแต่อย่างเดียว
พระโยคาวจรเจ้าพิจารณาอย่างนี้ชำนาญแล้ว หรือชำนาญ
อย่างยิ่งแล้ว คราวนี้แลเป็นส่วนที่จะเป็นเองคือ จิต ย่อม
จะรวมใหญ่ เมื่อรวมพิบลง ย่อมปรากฏว่าทุกสิ่งรวมลง
เป็นอันเดียวกัน คือหมดทั้งโลก ย่อมเป็นธาตุทั้งสิ้น นิमित
จะปรากฏขึ้นพร้อมกันว่า โลกนี้ราบเหมือนหน้ากลอง เพราะ
มีสภาพเป็นอันเดียวกัน ไม่ว่าป่าไม้ ภูเขา มนุษย์ สัตว์
แม้ที่สุด ตัวของเราก็ต้องลบราบเป็นที่สุดอย่างเดียวกัน
พร้อมกับ “ญาณสัมปยุต คือรู้ขึ้นมาพร้อมกัน” ในที่นี้

ตัดความสนทน่ให้ในใจได้เลย จึงชื่อว่า “ยถาภูตญาณทัสสน-
 วิปัสสนา คือทั้งเห็นทั้งรู้ตามความเป็นจริง” ชั้นนี้เป็นเบื้องต้น
 ในอันที่จะดำเนินต่อไป ไม่ใช่ที่สุด อันพระโยคาวจรเจ้า
 จะพึงเจริญให้มาก ทำให้มาก จึงจะเป็นไปเพื่อความรู้อย่างอีก
 จนรอบจนชำนาญ เห็นแจ้งชัดว่าสังขารความปรุงแต่งอัน
 เป็นความสมมติว่า โฉมเป็นของเรา นั้นเป็นเรา เป็นความ
 ไม่เที่ยง อาศัยอุปาทานความยึดถือจึงเป็นทุกข์ ก็แลธาตุ
 ทั้งหลายต่างหากมีความเป็นอยู่อย่างนี้ตั้งแต่ไหนแต่ไรมา
 เกิด แก่ เจ็บ ตาย เกิดขึ้นเสื่อมไปอยู่อย่างนี้อาศัยอาการ
 ของจิต คือ ชันธ์ ๔ ได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ
 ไปปรุงแต่งสำคัญมั่นหมายทุกภพทุกชาตินับเป็นอนnekชาติ
 เหลือประมาณ มาจนถึงปัจจุบันชาติ จึงทำให้จิตหลงอยู่
 ตามสมมติ ไม่ใช่สมมติมาติดเอาเรา เพราะธรรมชาติทั้ง
 หลายทั้งหมดในโลกนี้ จะเป็นของมีวิญญาณหรือไม่ก็ตาม
 เมื่อว่าตามความจริงแล้ว เขาหากมีหากเป็น เกิดขึ้นเสื่อมไป
 มีอยู่อย่างนั้นทีเดียวโดยไม่ต้องสงสัยเลย จึงรู้ขึ้นว่าปุพฺเพสุ
อนนฺสุ สุเตสฺ ธมฺเมสุ ธรรมดาเหล่านี้หากมีมาแต่ก่อน
 ถึงว่าจะไม่ได้ฟังจากใคร ก็มีอยู่อย่างนั้นทีเดียว ฉะนั้น
 ในความข้อนี้ พระพุทธองค์เจ้าจึงทรงปฏิญาณพระองค์ว่า
 เราไม่ได้ฟังมาแต่ใคร มิได้เรียนมาแต่ใคร เพราะของ
 เหล่านี้มีอยู่มีมา แต่ก่อนพระองค์ ดังนี้ได้ความว่า ธรรมดา
ธาตุทั้งหลายย่อมเป็นย่อมมีอยู่อย่างนั้นอาศัยอาการ

ของจิตเข้าไปยึดถือเอาสิ่งทั้งปวงเหล่านั้นมาหลายภพชาติ จึงเป็นเหตุให้เป็นไปตามสมมตินั้น เป็นเหตุให้อนุสัยครอบงำจิตจนหลงเชื่อไปตาม จึงเป็นเหตุให้ก่อภพก่อชาติ ด้วยอาการของจิตเข้าไปยึด ฉะนั้น
พระโยคาวจรเจ้ามาพิจารณาโดยแยบคายลงไปตามสภาพว่า **สพฺเพ สงฺขารา อนิจฺจา สพฺเพ สงฺขารา ทุกฺขา** สังขารความเข้าไปปรุงแต่ง คืออาการของจิตนั้นแลไม่เพียงสัตว์โลกเขาหากมีอยู่เป็นอยู่อย่างนั้น ให้พิจารณาอริยสัจธรรมทั้ง ๔ เป็นเครื่องแก้อาการของจิตให้เห็นแน่แท้ โดยปัจจกขสัททิวา ตัวอาการของจิตนี้เองไม่เที่ยง เป็นทุกข์ จึงหลงตามสังขาร เมื่อเห็นจริงลงไปแล้วก็ เป็นเครื่องแก้อาการของจิต จึงปรากฏขึ้นว่า **สงฺขารา สสฺสตานตฺถิ** สังขารทั้งหลายที่เที่ยงแท้ไม่มี สังขารเป็นอาการของจิตต่างหากเปรียบเหมือนพยับแดด ส่วนสัตว์เขาก็อยู่ประจำโลกแต่ไหนแต่ไรมา เมื่อรู้โดยเงื่อนไข ๒ ประการ คือรู้ว่าสัตว์ก็มีอยู่อย่างนั้น สังขารก็เป็นอาการของจิตเข้าไปสมมติเขาเท่านั้น วิถีปฏิบัติ จิตดั้งเดิมไม่มีอาการเป็นผู้หลุดพ้นธรรมดาหรือธรรมทั้งหลายไม่ใช่ตน จะใช้ตนอย่างไร ของเขาหากเกิดมีอย่างนั้น ท่านจึงว่า **สพฺเพ ธมฺมา อนตฺตา** ธรรมทั้งหลายไม่ใช่ตน ให้พระโยคาวจรเจ้าพิจารณาให้เห็นแจ้งประจักษ์ตามนี้จนทำให้รวมพิบลงไปให้เห็นจริงแจ้งชัดตามนั้นโดยปัจจกขสัททิวา พร้อมกับญาณสัมปยุตปรากฏขึ้น

มาพร้อมกัน จึงเชื่อว่า **วฏฐานคามินิวิปัสสนา** ทำในที่นี้ จนชำนาญเห็นจริงแจ้งประจักษ์พร้อมกับการรวมใหญ่ และ ญาณสัมปยุตรวมทวนกระแสแก่นุสัยสมมติเป็นวิมุตติ หรือรวมลงฐิติจิตอันเป็นอยู่มีอยู่อย่างนั้นจนแจ้งประจักษ์ ในที่นั้นด้วยญาณสัมปยุตว่า **ชีณา ชาติ ญาณ โหติ** ดังนี้ ในที่นี้ไม่ใช่สมมติ ไม่ใช่ของแต่งเอาเดาเอา ไม่ใช่ของอัน บุคคลพึงปรารถนาเอาได้ เป็นของที่เกิดเอง เป็นเอง รู้เอง โดยส่วนเดียวเท่านั้น เพราะด้วยการปฏิบัติอันเข้มแข็งไม่ ท้อถอย พิจารณาโดยแยบคายด้วยตนเอง จึงจะเป็นขึ้นมาเอง ท่านเปรียบเหมือนต้นไม้ต่าง ๆ มีต้นข้าวเป็นต้น เมื่อบำรุงรักษาต้นมันให้ดีแล้ว ผลคือรวงข้าว ไม่ใช่สิ่งอัน บุคคลพึงปรารถนาเอาละ เป็นขึ้นมาเอง ถ้าแลบุคคลมา ปรารถนาเอาแต่รวงข้าว แต่หาได้รักษาต้นข้าวไม่ เป็น ผู้เกียจคร้าน จะปรารถนาจนวันตาย รวงข้าวก็ไม่มีขึ้นมาให้ ฉนใด วิมุตติธรรมก็ฉนนั้นแล มิใช่สิ่งอันบุคคลพึงปรารถนา เอาได้ คนผู้ปรารถนาวิมุตติธรรม แต่ปฏิบัติไม่ถูก หรือ ไม่ปฏิบัติ มัวเกียจคร้านจนวันตาย จะประสบวิมุตติธรรม ไม่ได้เลย ด้วยประการฉะนี้



คนเราใหญ่แต่กาย ใหญ่แต่ชาติ ใหญ่แต่ชื่อ ใหญ่ แต่ยศ ใหญ่แต่ความสำคัญตน แต่ความรู้ความฉลาด ที่จะทำให้นรรมเย็นเป็นสุขทั้งกายและทางใจโดยถูกต้อง



ตลอดผู้อื่นได้รับความรุ่มเย็นเป็นสุขด้วยนั้น ไม่ค่อย
เจริญเติบโตด้วย และไม่สนใจบำรุงให้ใหญ่โตอีกด้วย
จึงเกิดความเดือดร้อนกันอยู่ทุกหนทุกแห่ง โดยไม่
เลือกเพศวัยและชาติวรรณะอะไรเลย...



อย่าเพิ่งเข้าใจว่า ศาสนาเป็นสมบัติของพระพุทธเจ้า
และเป็นสมบัติของสาวกองค์หนึ่งของคิโด แต่เป็นสมบัติของ
ผู้รักใคร่สนใจปฏิบัติทุก ๆ คนที่มุ่งประโยชน์จากศาสนา
พระพุทธเจ้าแลพระสาวกทั้งหลาย ท่านไม่ทรงมีส่วนอะไร
กับศาสนาที่ประทานไว้สำหรับโลกเลย อย่าไปเข้าใจว่า
พระองค์และสาวกทั้งหลายจะพลอยมีส่วนดีและมัวหมอง
ไปด้วย จะปฏิบัติผิดหรือถูกประการใด ก็เป็นเรื่องของเรา
เป็นราย ๆ ไป



ถามปัญหา:

มีวิธีชนะความโกรธได้อย่างไร

หลวงปู่ตอบ:

โดยมาก แม่เมตตาในขณะที่มันกำเริบอยู่ ให้เห็นว่
เป็นเพื่อนทุกข์ เกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกัน มีความ
โลก ความโกรธ ความหลงเหมือนกัน เกิดมาเป็น
เพื่อนทุกข์ด้วยกัน พิจารณากรรมของเรา ของเขา
กิเลสของเขา ของเรา ถ้าเราโกรธเขา บาปกรรม



ก่อเกิดแก่เราเอง ถ้าเขาโกรธเรา บาปกรรมก็เกิดแก่
เขาเอง ด้วยอำนาจของใครของมัน โดยมากคนที่
ไม่ได้ฝึกหัดจิตมักจะโทษผู้อื่น เข้าใจว่าผู้อื่นทำให้ตน
เดือดร้อน การโทษผู้อื่นเป็นสิ่งผิด เราต้องพิจารณา
ตัวเอง อย่าเอากิเลสมาเป็นเชื้อไฟเผาเราเอง



ผู้ปฏิบัติพึงใช้อุบายปัญญาพึงธรรมเทศนาทุกเมื่อ
ถึงจะอยู่คนเดียวก็ตาม คืออาศัยการกำหนดพิจารณาธรรม
ตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็เป็นรูปธรรม ที่มีอยู่ปรากฏอยู่
รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ก็มีอยู่ ได้ยินอยู่ ปรากฏอยู่
จิตใจเล่าก็มีอยู่ ความนึกคิดรู้สึกในอารมณ์ต่าง ๆ ทั้งดี
และร้ายก็มีอยู่ ความเสื่อมความเจริญทั้งภายนอกภายในก็
มีอยู่ ธรรมชาติอันมีอยู่โดยธรรมดา เขาแสดงความจริง
คือความไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา ให้ปรากฏอยู่ทุกเมื่อ
เช่น ไข่ม้วนเหล็กหล่นร่วงลงมา พินิจพิจารณาด้วย
สติปัญญาโดยอุบายมีอยู่เสมอแล้ว ชื่อได้ว่า พึงธรรม
อยู่ทุกเมื่อแล

พึงเป็นคนมีสติ

อย่าถือมั่นกังวลในโลกทั้งปวง

ความเสื่อมปัญญานักปราชญ์ท่านติเตียน

ความเจริญปัญญาเลิศกว่าความเจริญทั้งปวง

การปฏิบัติ เป็นเครื่องยังพระสังฆธรรมให้บริสุทธิ์
สติปัฏฐาน เป็นชัยภูมิ คือ สนามฝึกตน
พลธรรม ๕ ใครไม่เห็นห่าง ไปอยู่ที่ไหนก็ไม่ขาดทุน
และลุ่มจม



พระราชนิเวศรังสีคัมภีรปัญญาวิศิษฐ์
(ท่านพระอาจารย์เทศก์ เทศุ์สี)



พระราชพิธีทรงสืบสัมภวิษณุ

(ท่านพระอาจารย์เทศก์ เทศร์สี)

วัดหินหมากเป้ง ตำบลพระพุทบาท อำเภอศรีเชียงใหม่
จังหวัดหนองคาย

นามเดิม เทศก์

สกุล เรียวแรง

เกิดที่ บ้านนาสีดา ตำบลกลางใหญ่ อำเภอบ้านผือ
จังหวัดอุดรธานี

เมื่อวันที่ ๒๖ เมษายน พ.ศ. ๒๔๔๕

ตรงกับวันเสาร์ แรม ๔ ค่ำ เดือน ๕ ปีชวด

โยมบิดาชื่อ นายอุส่าห์ เรียวแรง

โยมมารดาชื่อ นางครั่ง เรียวแรง

บรรพชาเป็นสามเณร เมื่ออายุ ๑๘ ปี ที่บ้านเคิ่งใหญ่ จังหวัด
อุบลราชธานี โดย พระอาจารย์ลุ่ม เป็นพระอุปัชฌาย์

ครั้นอายุย่างเข้า ๒๒ ปี ได้อุปสมบทเป็นพระภิกษุ ณ
วัดสุทัศน์ อำเภอเมืองอุบลฯ จังหวัดอุบลราชธานี เมื่อ
วันที่ ๑๖ พฤษภาคม พ.ศ. ๒๔๖๖ โดย พระมหาวัชร
เป็นพระอุปัชฌาย์

ธรรมะบางตอน โดย
พระนิโรธรังสีคัมภีรปัญญาจารย์
(หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี)

จากหนังสือ

- ธรรมะปฏิบัติ สนทนาธรรมระหว่างอาจารย์และศิษย์
- ตอบปัญหาธรรมโดยพระนิโรธรังสีคัมภีรปัญญาจารย์

ฯลฯ

๑. รากะ

มันเข้ามาย่อมใจที่ใสอยู่แล้วให้ขุนมัว เห็นรูปที่ชั่วช้า
สกปรกด้วย อสุภานาประการตามธรรมชาติอยู่แล้ว แต่
กลับเห็นเป็นสิ่งที่สวยงามสะอาด น่ารัก น่าใคร่ น่าชม
นี่ก็เพราะใจเป็นของเศร้าหมอง ขุนมัวด้วยรากกิเลสเข้ามา
ย้อมย้อมให้เห็นเป็นไปตามอำนาจของมัน สมัยใดถ้าราก-
กิเลสไม่เข้าไปย้อมใจให้เศร้าหมองขุนมัวแล้ว ถึงรูปเก่านั้นแหละ
ที่ว่าสวยงาม สะอาด น่ารักน่าใคร่ เห็นเข้าแล้วจะเป็นรูป
ธรรมดา ๆ นี่เอง เพราะเราไม่ได้อยู่ใต้อำนาจของรากะ
ถึงแม้จะเห็นรูปนั้น เป็นของสวยงามสะอาดตามธรรมชาติของ
วิปากตกแต่งมาก็ตาม แต่ก็ไม่ถึงจะให้เข้าไปยึดเอาว่าเป็น
ของน่ารักน่าใคร่อันเป็นไฟสุมหัวใจอันเรวร้อน ด้วยความ
อยากได้มาเป็นของตัวเอง นี่ว่าถึงโทษของรากะที่เกิดทางรูป
อย่างเดียว พอเป็นนิทศนอุทาหรณ์ส่วนที่เกิดทางเสียง
กลิ่น รส สัมผัส ขอให้ผู้มีปัญญาพิจารณาโดยนัยเดียวกัน
รากะท่านอุปมาเหมือนกระแสน้ำไหลลงไปสู่ที่ต่ำที่เลวทราม
ตลอดกาล ไม่มีเวลาหยุดอยู่คงที่ ฉะนั้น

๒. โทสะ

ก็เช่นเดียวกัน เบื้องต้นมันเอาความไม่พอใจเข้ามาหุ้ม
ห่อหัวใจที่ผ่องใสอยู่แล้ว ให้ถือผิดปิดแสงสว่างของปัญญา
แล้วก็รุ่มล่อมเข้ามาด้วยความประทุษร้าย หมายถึงจะล้าง
ผลาญบุคคลอื่นสิ่งอื่นอย่างเดียวนิไม่เลือกหน้า ไม่ว่าข้า ไพร
ผู้ดีมีเงิน แม้แต่ผู้มีพระคุณ หรือผู้ไม่เกี่ยวอะไรเลยก็ไม่เลือก
โทสะ เปลี่ยนสีขาวให้เป็นสีดำได้ในพริบตาเดียว ลูกรัก
คู่ชีวิตเมื่อยามปกติอาจจะแหวกหัวอกให้เข้าไปนั่งอยู่บน
หัวใจก็ยังไม่สมสหายว่ายังอยู่ห่างไกล คราวเมื่อความโกรธ
มาครอบงำเข้า จะเห็นลูกรักคู่ชีวิตคนเก่านั้นแหละกลายเป็น
ผักเป็นปลา อาจฆ่าแหวะเอาโลหิตในทรวงมาสังเวทความ
โกรธในขณะบัดเดียวนั้นก็ได้ โทสะ เมื่อเข้าไปแทรกซึม
อยู่ในหัวใจของบุคคลใดแล้ว ย่อมทำการเปลี่ยนแปลงหัวใจ
ของบุคคลนั้นให้เป็นไปตามอำนาจของตน อย่างหน้ามือ
เป็นหลังมือทีเดียว เสียงหวานกลับเป็นเสียงเปรี้ยว กลิ่น
หอมกลับเป็นกลิ่นเหม็น รสหวานกลายเป็นรสขมขึ้น สัมผัส
ที่นุ่มนวลกลายเป็นสัมผัสที่แข็งกระด้างหยาบ โทสะ ท่าน
เปรียบเหมือนไฟป่าไหม้ไม่เลือก ไหม้ที่เกิด (คือใจของมัน)
แล้วจึงไหม้รอบ ๆ ตัวจนเกลี้ยง

๓. โมหะ

ความไม่ยอมตรึกตรองตามเหตุผลให้รู้ให้เข้าใจตาม
เป็นจริง เข้าสิงหัวใจที่ผ่องใสอยู่แล้วให้มันเมาซึมเซอ ไม่

อยากคิดค้นตรีกตรองหาเหตุผลอันใด ความหลงลืมไม่ได้
 จัดเป็นโมหะในที่นี้ โมหะ รู้อยู่ไม่ใช่ไม่มีความรู้อะไรเสียเลย
 แต่รู้ไม่ตรงตามความเป็นจริง หรือรู้ไม่ตลอดจนถอนราก
 แห่งความหลงเสียได้ หลงรักรูปเพราะไม่รู้ว่ารูปนั้นเป็นอสุภ
 ของน่าเกลียด รูปเป็นของแปรสภาพอยู่เสมอไม่คงที่ รูปนี้
 เป็นที่รับรองแห่งทุกข์ทั้งหลาย รูปเป็นของสูญจากแก่นสาร
 โมหะ มีความไม่ยอมตรีกตรองให้เห็นโทษ แล้วจึงหลง
 เข้าไปในข่ายของเสียง กลิ่น รส และสัมผัสว่าเป็นของดี
 มีสาระ เข้าไปยึดเอามาเป็นของตัว เมื่อของเหล่านั้นมีอยู่
 ก็ติด คิดวกเวียนไปมาในของเหล่านั้น เมื่อของเหล่านั้น
 เสื่อมสูญไปก็อาลัยอาวรณ์ กินไม่ได้นอนไม่หลับ เศร้าโศก
 เสียใจ ทำนอุปมาโมหะเหมือนข่ายคลุมไว้ ความคิดความเห็น
 ของผู้มีโมหะเป็นเครื่องคลุมก็เหมือนคนผู้อยู่ในข่าย ฉะนั้น
 คิดนึกตรีกตรองอันใด ก็วนเวียนอยู่ในความมึนเมา ลุ่มหลง
 ในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส เท่านั้น ไม่มีทางจะให้เห็นโทษ
 เปื้อนหนาย แล้วพยายามที่จะเอาตนรอดจากอารมณ์ทั้ง ๕
 นั้นเลย โมหะ หลงเข้าไปยึดเอากามคุณ ๕ มีรูปเป็นต้น
 เข้ามาเป็นตนเป็นตัวมาเป็นของตัว โดยมีความซึ่มเซ่อ ไม่
 ยอมตรีกตรองให้รู้แจ้งเห็นจริงตามเหตุผลเป็นมูลฐาน หาก
 ให้อปัญญาดำเนินตามพระไตรลักษณ์ญาณ จนเห็นประจักษ์
 แจ้งด้วยญาณทศนะวิธีในกามคุณทั้ง ๕ นั้น โมหะเลย
 กลับกลายมาเป็นปัญญาตามทางแห่งพระอริยมรรค



ส่วนอวิชชาปิดบังปัญญาลึกซึ้งละเอียดลงไปกว่านั้นอีก ไม่ใช่ไม่รู้แต่ถามคุณทั้ง ๕ ตามเป็นจริงเท่านั้น แต่ยังไม่รู้ต้นเหตุให้เกิด...ความตั้งอยู่ พร้อมทั้งคุณและโทษ และวิธีที่จะทำให้ถามคุณ ๕ นั้นดับไป ถ้าปัญญาอันกลับมาจากโมหะเป็นผู้เบิกช่องทางให้สว่างมองเห็นต้นทางอย่างนั้นแล้ว อวิชชาความไม่รู้แจ้งเห็นชัดตามเป็นจริง ในสิ่งที่ไม่รู้ดังกล่าวนั้น ก็จะค่อยหายจากไป วิชชาก็จะอุทัยไขแสงสว่างแจ้งชัดไล่ความมืดให้หมดสิ้นไปในที่สุด

สรุปแล้ว โมหะ หลง ไม่เข้าใจตามความเป็นจริงในถามคุณทั้ง ๕ แก้ไขด้วยปัญญาเดินตามพระไตรลักษณ์-ญาณ แต่อวิชชาไม่รู้ลึกซึ้งลงไปกว่าโมหะ เพราะคนหนึ่งหลง (คือเข้าใจผิด) คนหนึ่งไม่รู้ คือไม่รู้ตัวถามคุณ ๕ พร้อมทั้งที่เกิดที่ดับคุณและโทษ ความตั้งอยู่และเหตุที่จะทำให้ถามคุณ ๕ นั้นดับไป แต่เมื่อจะแก้ไขก็ต้องอาศัยปัญญาอันแปรสภาพมาจากโมหะนั้น เป็นผู้เบิกช่องทางให้ก่อน แล้ววิชาจึงจะได้โอกาสดำเนินตามความสามารถของตนเองจนอวิชชาดับไป ยังเหลือแต่วิชาอย่างเดียว โมหะกับอวิชชามีลักษณะผิดแผกกันดังแสดงมานี้ แต่ในที่ทั่วไปมักแสดงเป็นคู่กัน เช่น โมหะ อวิชชา ปิดหุ้มห่อปัญญาไว้ไม่ให้เห็นสัจจะของจริง ดังนี้ เป็นต้น

ศีล สมาธิ ปัญญา เป็นมรรคอันเอกอุกฤษฎ์ เดินทางนี้ตรงไปสู่ความดับทุกข์ได้แน่ อันพระอริยเจ้าทั้งหลาย มี

พระพุทธเจ้าเป็นต้นได้ดำเนินมาสำเร็จตามปรารถนาแล้ว
ทุก ๆ พระองค์ มรรค ๘ เป็นทางดำเนินด้วยใจ ถึงแม้
จะแสดงออกมาให้เป็นศีล ก็แสดงศีลในองค์มรรคนั้นเอง
มรรคแท้มีอันเดียว คือ สัมมาทิฏฐิ อีก ๗ ข้อ เบื้องปลาย
เป็นบิรหารบริหารของสัมมาทิฏฐิทั้งนั้น หากขาดสัมมาทิฏฐิ
ตัวเดียวเสียแล้ว สัมมาสังกัปจะเป็นต้น ย่อมเป็นไปได้
ไม่ได้ เช่น ปัญญาพิจารณาเห็นความทุกข์ตามเป็นจริง
ว่า มนุษย์สัตว์ทั้งหลายที่เกิดมาในโลกนี้ ย่อมถูกทุกข์
คุกคามอยู่ตลอดเวลา โลกนี้จึงเป็นที่น่าเบื่อหน่าย เห็น
เป็นภัย แล้วก็ดำริตรองหาช่องทางที่จะหนีให้พ้นจาก
กองทุกข์ในโลกนี้ การดำริเช่นนั้นก็เป็นผลสืบเนื่องมาจาก
สัมมาทิฏฐิปัญญาอันเห็นชอบนั่นเอง การดำริที่ชอบที่ถูก
นั้นก็สืบมาจากรู้แล้ว เพราะว่าจะพูดออกมาต้อง
มีการไตร่ตรองก่อน การไตร่ตรองเป็นศีลของอริยมรรค การ
พูดออกมาด้วยวาจาชอบเป็นศีลทั่วไป การงานของใจคือ
ดำริชอบ วาจาชอบ อยู่ภายในใจ เป็นการทำงานของอริยมรรค
ผู้ไม่ประมาทดำเนินชีวิตเป็นไปในอริยมรรคดังกล่าวมาแล้ว
นั้นได้ชื่อว่าความเป็นอยู่ชอบของผู้นั้น ผู้พยายามดำเนิน
ตามอริยมรรคดังกล่าวมาแล้วมาโดยติดต่อกันตามลำดับ
ไม่ขาดสาย ได้ชื่อว่าความเพียรชอบในมรรคทั้งแปด หก
เบื้องต้นมีความเห็นชอบเป็นต้น มีความพยายามชอบเป็น
ที่สุด หากขาดสัมมาสติ ตั้งสติชอบเสียแล้ว จะเดินไป

ให้ถึงสัมมาสมาธิไม่ได้เลย เหมือนทางที่ไม่ติดต่อเชื่อมกัน
จะนำยานพาหนะไปตลอดทางได้อย่างไร องค์สุดท้าย คือ
สัมมาสมาธิ ยิ่งเป็นกำลังใหญ่ สนับสนุนให้องค์มรรคนั้น ๆ
มีกำลังกล้าหาญ ที่จะไม่ทอดถอนใจในหน้าที่ของตน ๆ เพียง
สังเกตดูเถิดว่า นักปฏิบัติโดยมาก หากสมาธิไม่มั่นคงแล้ว
มักไปไม่รอด ปัญญาสัมมาทิฐิเป็นผู้ส่องทางให้เห็นทาง
เดินก็จริง แต่เมื่อสติกับสมาธิอ่อนกำลังลงแล้ว ปัญญา
อาจกลายเป็นสัญญา เป็นสังขารไปโดยไม่รู้ตัวก็ได้



ความจริงแล้ว อวิชา ตัณหา อูปาทาน กรรม
๔ อย่างนี้คือตัวศัตรูของสัตว์ผู้ยังมีความเกิดท่องเที่ยวอยู่
ในโลกนี้ ผู้ใดมีกรรม ๔ อย่างนี้เกาะเกี่ยวอยู่ ได้ชื่อว่า
มีศัตรูเวรภัย จำเป็นต้องต่อสู้ แพ้หรือชนะก็แล้วแต่ความ
สามารถของแต่ละบุคคล



ตามกระแสพระธรรมเทศนาของพระสัมมาสัมพุทธ-
เจ้าว่า “...ทุกข์เป็นของไม่ควรละ แต่เป็นของควรต่อสู้...”
(คือเอามาพิจารณา) ความทะยานอยากได้สุขหรือไม่
อยากให้มีทุกข์ต่างหากเป็นของควรละ ผู้ที่จะพ้นจาก
ทุกข์ได้ในโลกนี้ ก็ล้วนแล้วแต่ยกทุกข์ขึ้นมาเป็นเหตุทั้ง
นั้น



พระพุทธเจ้าตรัสว่า “ความโศกเกิดจากความรัก ความกลัวก็เกิดจากความรัก ถ้าความรักไม่มีเสียแล้ว ความโศกและความกลัวจะมีมาแต่ที่ไหน”



ผู้ที่ไม่เห็นคุณค่าของความเพียรแล้วอาจคิดว่าความขยันหมั่นเพียรในการกิจต่าง ๆ มันเป็นทุกข์ลำบากเหนื่อยยากมิใช่หรือ จริงดังนั้น คนตกน้ำไม่ยอมว่ายน้ำ มีหวังตายโดยง่ายเดียว จะรอดมาได้แต่เฉพาะคนที่ว่ายน้ำได้หมายพึ่งตนเองเท่านั้น ทุกข์กับความเพียรเท่านั้นที่มีค่ามากในโลกนี้ หากไม่มีทุกข์กับความเพียรเสียแล้ว ใคร ๆ ในโลกนี้จะไม่ทำความดีเพื่อพ้นทุกข์ในโลกนี้และโลกหน้า ตลอดถึงพระนิพพานได้เลย



มรรค ๘ ซึ่งเห็นว่าเป็นของยากแลเป็นของมากก็ดี เมื่ออาศัยความไม่ประมาทเพียรพยายามดำเนินติดต่อกันไม่ให้อาตมาหิววัน มรรคทั้ง ๘ จะเป็นของน้อยลง ๆ แล้วจะยังเหลือแต่ผู้รู้ ผู้พิจารณา กับอารมณ์ที่พิจารณาอยู่นั้น มรรค ๘ จะหายสูญไป (คือลบสัณญาคูปาทาน) แล้วจะเกิดความสว่างขึ้นมาในใจว่า อ้อ...ทางที่ถูกที่แท้ที่พระอริยเจ้าทั้งหลายดำเนินมาแล้วเป็นอย่างนี้หรือ ผู้มีความเห็นชัดด้วยใจ ด้วยปัญญาอันชอบของตนเองอย่างนี้แล้ว จะไม่ยอมแสวงหาครูอาจารย์อื่นอีกแล้ว



ความจริงจิตที่ไม่เป็นสมาธิ มิได้ทำให้เกิดโง่ซิมเซ่อ แต่ประการใด นอกจากผู้ที่ยังทำสมาธิไม่ได้จะคาดคะเนเอาเท่านั้น ผู้จะได้สมาธิต้องเป็นผู้มีจิตกล้ำหาญผจญกับอารมณ์ของจิตมาแล้วอย่างโชกโชนจนเรียกตนเองว่าเราชนะแล้ว จึงจะถึงสมาธิได้ เมื่ออยู่ในสมาธินั้นแล้ว ก็มีไชว่าจิตจะโง่เง่าซิมเซ่อะ แต่มันมีความผ่องใสพิจารณาธรรมอันใดก็ปรุโปร่งเบิกบาน ฌานต่างหากที่ทำให้จิตสงบแล้วซิมอยู่กับความสุขของเอกัคคตาของฌาน ขออย่าได้เข้าใจไปว่าฌานกับสมาธิเป็นอันเดียวกัน ลากับม้าเป็นสัตว์ประเภทเดียวกันแต่ตระกูลต่างกัน แต่ถึงอย่างไรก็ตาม ความโง่อันสงบจากนิรณทัง ๕ ยังดีกว่าความกล้ำหลงเข้าไปจมอยู่ในกามทั้งหลายเป็นไหน ๆ



แต่ข้อเท็จจริง พระพุทธเจ้าเกิดคันที่พระทัยอันบริสุทธิ์ของพระสิทธัตถะราชกุมาร พระองค์ทรงทำสมาธิให้แน่วแน่มั่นเป็นอารมณ์อันเดียวมิได้เกี่ยวข้องกับเรื่องโลกวิสัย จิตผ่องใสสะอาดเต็มที่แล้ว พิจารณาเห็นธรรมรู้แจ้งตลอดทะเลสุปรุโปร่งในธรรมทั้งปวงจึงได้เป็นพระพุทธเจ้า เราทั้งหลายมาหัดภาวนาทำสมาธิอยู่นี้ก็ต้องการอยากเข้าถึงคุณของพระพุทธเจ้าที่ตรงนั้น อย่างน้อย เมื่อจิตของเราเข้าถึงสมาธิแล้ว ละอารมณ์ทั้งหลายได้เป็นครั้งเป็นคราว ก็ได้ชื่อว่าดำเนินตาม

รอยพระบาทบุคคล คือปฏิบัติที่พระองค์ได้ดำเนินมาแล้ว
เราทั้งหลายจึงควรยินดีด้วยปฏิบัติตนเป็นอย่างยิ่ง...

สอนที่กาย วาจา ใจ ให้เห็นกาย วาจา ใจของตน
เมื่อเห็นแล้ว สิ่งชั่วก็ให้ละเสีย สิ่งที่ดีก็ให้เก็บรักษาไว้
เห็นความสุขอันเกิดจากการปฏิบัติตาม เชื่อแน่วแน่ด้วยใจ
ของตนอย่างนี้แล้ว ยอมตนปฏิบัติด้วยความสุจริตใจ จึง
ได้ชื่อว่าพุทธบริษัท



พระพุทธเจ้าสอนธรรมที่ตัวคนเรา ตัวคนเรานี้ก็มีกาย
วาจา ใจ เพราะศาสนาจะตั้งอยู่ได้ก็ที่กาย วาจา ใจ คน
ตายแล้วไม่สามารถรักษาศาสนาไว้ได้ สอนให้คนประพฤติ
กาย วาจา ใจให้สุจริต โลกอันนี้จะเป็นโลกขึ้นมาก็เพราะคน
คนสร้างโลกให้เกิดขึ้น ศาสนาตามมาสั่งสอนโลกเพื่อให้
โลกอยู่เป็นสุข โลกจะฉิบหายเสื่อมสูญก็เพราะคนเราไม่มี
ศีลธรรม ให้เข้าถึงข้อปฏิบัติที่สุจริต

เมื่อผู้ปฏิบัติฝึกหัดตนจนเข้าถึงความสงบแล้ว จะเห็น
ความบริสุทธิ์ของใจผ่องใสสะอาดในที่นั้น พระพุทธ พระธรรม
พระสงฆ์ ลงมารวมเข้าเป็นอันเดียวกัน หมดสงฆ์ใน
คุณพระรัตนตรัย เรียนมากยิ่งขึ้นสงฆ์มาก หากมีการ
ปฏิบัติเข้าถึงความสงบแล้วจะสิ้นสงสัยทันที พระองค์สอน
ให้ปฏิบัติ มิได้สอนให้เรียนเฉย ๆ เรียนเฉย ๆ ไม่มีการปฏิบัติ
เท่ากับอมอาหารไม่กลืนกิน

การเรียนมากหรือน้อย ไม่เป็นอุปสรรคแก่การภาวนา

ดังได้กล่าวมาแล้วข้างต้นว่า คนเราเกิดมาได้ชื่อว่า
ได้พระธรรมมาพร้อมแล้วทุกคน รูปธรรม นามธรรม คือ
กายกับใจ ได้มาพร้อมแล้ว ถึงแม้จะเรียนมากแลเรียนน้อย
เมื่อเรียนพระธรรมตามคำสอนของพระองค์แล้ว ก็**ต้องมา**
เรียนเรื่องของกายกับใจของตนเองนี้ทั้งนั้น แล้วการ
เรียนนั้น เรียนเพื่ออะไร เรียนเอาไปทำไม ก็ต้องเรียน
เพื่อรู้เรื่องของกาย ของใจ แล้วจะได้้นำเอาไปปฏิบัติ
ขัดเกลา กาย วาจา ใจ สิ่งที่ไม่ดีให้หมดสิ้นไป แล้ว
รักษาเอาแต่สิ่งที่ดีไว้ไม่ให้เสื่อมหายไป หรือให้รู้แจ้งเห็น
ของจริงในสิ่งที่ใจไม่รู้ มันหลงอยู่ในนั้นให้หมดสิ้นไป การ
เรียนรู้มากจดจำชื่อของกิเลสแลอารมณ์ของใจ แต่บังคับใจ
ไม่อยู่ แล้วก็ขำระกิเลสออกจากใจไม่ได้ จะเรียกว่าพหุสูตร
ตามมงคลสูตรนั้นยังไม่ได้กระมัง ท่านพระอานนท์จดจำ
พุทธวจนะคำสอนของพระองค์ไว้ได้มาก ค็นที่จะได้สำเร็จ
เป็นพระอรหันต์ ท่านเก็บเอาพระธรรมคำสอนเหล่านั้นมา
ใช้แทบจนจะสิ้นถึงกับท้อใจ พอท่านทอดธุระทำใจให้สงบ
มักคปรหानจึงเกิดขึ้นในขณะจิตนั่นเอง เป็นอันได้ความว่า

การคิดค้นหาอุบายจากกรรมนั้น ๆ มาใช้ยังไม่เข้าถึงองค์
มรรคแท้ ต่อเมื่อไม่คิดไม่ส่งลงภาระและอุบายนั้น ๆ แล้ว
มัลลคนจึงจะเกิด หากจะมีปัญหาถามว่า ที่ท่านศึกษ
มามาก ๆ นั้น ไม่มีประโยชน์อย่างนั้นหรือ ขอเฉลยว่า มี
การที่ท่านศึกษามามากนั้นเรียกว่า **เรียนอุบาย** พอแบบกาย
เกิดขึ้นเฉพาะในใจของท่านแล้ว (ปัจจุตตัง) อุบายเลย
ไม่ต้องใช้ ในขณะนั้น ศีลสมาธิปัญญาจะมาปรากฏชัดอยู่
ในขณะที่จิตอันเดียวกัน คือ **จิตไม่ได้ส่งสายออกไปตามรู้**
ตามเห็นอะไร ๆหมดในที่อื่นเรียกว่ามัลลคสมังคิ



พุทธศาสนามีได้สอนให้ **ถือ** แต่สอนให้ **ปฏิบัติ** ตาม
คือ ทำกรรมดีย่อมได้รับผลดี คือความสุขด้วยการกระทำ
ของตนเอง ทำกรรมชั่วได้ผลชั่ว คือความทุกข์ด้วยการ
กระทำของตนเอง



กรรมอันใดเมื่อกระทำลงไปแล้ว จะด้วยกาย วาจา
หรือใจก็ตาม จะต้องไม่เป็นไปเพื่อความเดือดร้อนเป็น
ทุกข์ แก่ทั้งตนและคนอื่นอีกด้วย จึงจะเรียกว่ากรรมดี
ตรงกันข้าม กรรมใดเมื่อกระทำลงไปแล้ว จะด้วยกาย
วาจา หรือใจก็ตาม หากเป็นไปเพื่อความเดือดร้อน
เป็นทุกข์ แก่ตนและคนอื่นแล้ว กรรมนั้นเรียกว่า กรรม
ไม่ดี ทำกรรมใดอย่าให้เข้าข้างตัว เมื่อตนมีผลประโยชน์

จากกรรมนั้น ๆ แล้ว ถือว่าทำกรรมดี แต่คนอื่นนั้นซิ
มันแย่ ผู้สร้างกรรมดีตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าเขา
ไม่ทำกันอย่างนั้น



โลกนี้จะอยู่ร่วมกันได้โดยสันติสุขก็เพราะอาศัยพระธรรม
คำสอนของพระพุทธเจ้าที่ให้เชื่อกรรมเชื่อผลของกรรม แล้ว
ไม่ปล่อยให้กรรมนั้น ๆ ใช้อำนาจบีบบังคับเอาตามชอบใจ
พยายามแก้ไขกรรมชั่วให้ดีขึ้น มีความรู้สึกตัวละอายต่อ
กรรมชั่วอยู่เสมอว่า เวลานี้เรากำลังเสวยผลของกรรมนั้น ๆ
อยู่ แล้วให้รู้จักประมาณประกอบตนให้เข้ากับเหตุการณ์
นั้น ๆ แล้วบำเพ็ญแต่กรรมดีอยู่เสมอ จึงจะอยู่ร่วมกัน
ในโลกนี้ได้ด้วยความสันติสุข



เราตถาคตเป็นแต่ผู้บอกผู้สอนเท่านั้น ท่านทั้งหลาย
ฟังแล้วปฏิบัติตามคำสอนของเราก็จักพ้นจากทุกข์ได้
ด้วยตนเอง ดังนี้ ก็แสดงว่าพุทธศาสนาคือคำสอนของ
พระองค์ต่างหาก มิใช่ตัวของพระองค์เป็นศาสนา พระ
พุทธองค์เป็นแต่ผู้นำเอาความรู้ที่ได้ทรงรู้เองเห็นเองใน
สังขารมนนั้นออกมาสอนแก่ผู้อื่น



คำสอนของพุทธศาสนาทั้งหมดมาลงอยู่ที่สติอัน
เดียว ตั้งแต่เบื้องต้นก็สอนสติที่สุดก็สอนสติ เป็นศาสนา

ที่สอนถึงที่สุด อย่าให้จิตใจอยู่แต่ในอำนาจของกิเลส ให้จิตอยู่แต่ในอำนาจของสติ สติเป็นตัวระมัดระวัง อันนี้แหละเป็นประโยชน์ส่วนตัวโดยแท้ มีสติสมบูรณ์บริบูรณ์ ก็เรียกว่าถึงศาสนา



ผู้จะทำความสงบอบรมสมาธิภาวนา ขอได้เก็บปัญญาที่เกิดจากการศึกษา แม้แต่การที่ได้ยินได้ฟังมานั้นเข้าตัวไว้ก่อน จงใช้สมองอันตรีกตรองที่เกิดขึ้นในขณะที่ทำสมาธิ นั้นเพ่งพิจารณากรรมฐานที่ตนยกขึ้นมามีภาวนานั้นโดยเฉพาะอุปายที่จะทำให้เกิดสมาธิจึงจะเกิดขึ้นมาได้ ปัญญานอกนี้ จะเอามาใช้เพื่อทำสมาธิ ไม่ได้เอาไว้ใช้เพื่ออย่างอื่น หรือเทียบกับวิปัสสนานั้นควรทุกอย่าง อนึ่ง ปัญญาที่เกิดจากการศึกษานั้น หากจะนำมาใช้ในการหัดภาวนาสมาธิ เมื่อจะเข้าสมาธิจริง ๆ ก็จะต้องปล่อยวางปัญญานั้นเสียก่อน แล้วจึงจะเข้าถึงสมาธิได้ หรือถ้าปล่อยวางไม่หมดสิ้น สมาธิก็จะเป็นเพียงอุปจาระ ฉะยด ๆ แล้วถอนออกมา ธรรมแท้เป็นปัจเจกัตตัง ความรู้ของวิญญูชนก็เป็นปัจเจกัตตัง จึงจะเป็นของอัศจรรย์ ความฉลาดถ้าเกิดก่อนความโง่แล้ว จะปกปิดความโง่ไว้ จะไม่มีเวลาแลเห็นความโง่เลย



นี่แหละที่นักศึกษาทั้งหลายโดยมากเข้าใจว่าจิตตอนนี้ เป็นจิตโง่ จิตที่ฉลาดคือจิตที่คิดค้นในปริยัติอรรถธรรมนั้น ๆ

ให้แตกฉานฉลาดเฉียบแหลมในธรรมนั้น ๆ โดยมากมักพิจารณาตามตัวหนังสือ เมื่อหมดความฉลาดความสามารถของตนแล้ว จะไม่มีอะไรดีขึ้นมาในตนเลย ก็เลิกละทิ้งหลายสิ่งเดิมมีอยู่เช่นไร หลังจากหมดความฉลาดอันนั้นแล้ว มันก็จะมีอยู่เท่าเดิม ถ้าหากว่ามีใครมาขัดคอเข้า ก็เลิกละทิ้ง ยิ่งกว่าเดิมก็เป็นได้ ข้อสุดท้ายจะไม่หมดความสงสัยในธรรมนั้น ๆ แต่ถ้านำมาใช้ให้ถูกทางโดยอุบายอันชอบ เทียบเคียงกับความรู้ต่าง ๆ ซึ่งเกิดจากการภาวนา แล้วเลือกเฟ้นเอาแต่สิ่งที่ควร จะเป็นคุณมาก



ภารกิจทั้งหลายที่เราถือว่าเราสละแล้วนั้น เวลาเราทำภาวนา มันกลับมาเป็นอารมณ์ของใจมากกว่าเวลาที่เรากำลังยุ่งด้วยงานอยู่นั้นเสียอีก...จิตใจของคนเราเมื่อกำลังคลุกคลีอยู่กับภารกิจต่าง ๆ ถึงแม้จะเป็นของมากก็ดูเหมือนไม่มีอะไรเท่าใดนัก เพราะพลังของจิตมันอ่อน ด้วยภารกิจมันปกปิดทับถมไว้ แต่เมื่อเราสละภารกิจนั้น ๆ แล้วมาทำภาวนา พลังของจิตมีกำลังกล้าฉายแสงส่องมองเห็นเล็กน้อยละเอียดที่มีอยู่ในจิต ให้ปรากฏเป็นของใหญ่โตและมากเป็นทวีคูณ ตอนนั้นหากผู้มีศรัทธาไม่พอและไม่เคยทำกรรมฐานมาก่อน ทั้งกำลังใจก็อ่อน อาจเกิดความท้อถอย ทั้งกรรมฐานเสียก็ได้ เพราะเห็นเป็นของยาก โทษไปว่าบุญวาสนาไม่ช่วย ทำไปก็ไม่สำเร็จประโยชน์ สร้างบารมีใหม่ให้พอเสียก่อนจึงทำทีหลัง



ท่านรูปนี้เป็นพหูสูตรแล้วก็สนใจในด้านปฏิบัติ แต่น่าเห็นเสียดายที่ท่านปล่อยวางปริยัติไม่ได้ในเวลาที่ท่านภาวนากรรมฐาน คือต้องการอยากให้ภาวนาเป็นไปตามความรู้ที่ได้ศึกษามา **เมื่อจิตไม่ปล่อยวาง สัญญาจิตก็เข้าถึงภาวนาไม่ได้** แท้จริงปริยัติต้องเกิดจากปฏิเวธ ปฏิเวธก็ต้องปฏิบัติเสียก่อนจึงจะเข้าถึงปฏิเวธได้ ผู้ที่เขียนแผนที่ที่แรก เขาต้องไปสำรวจพื้นที่ (คือปฏิบัติ) จนเข้าใจแน่ชัดแล้วมาย่อส่วนสัดที่นั่น ๆ ให้พอดีกับความต้องการของเขา (คือปฏิเวธ) แล้วจึงลงมือเขียนแผนที่ (คือปริยัติ)



อุทธรณ์ข้อสุดท้าย ตาแก่คนหนึ่งมาอบรมอยู่ด้วยข้าพเจ้าเพื่อรอการบวช เมื่อแกมาภาวนาเข้า อารมณ์เก่า ๆ ของแกฟุ้งขึ้นมา แกก็สำคัญว่าเป็นปัญญาเกิดจากภาวนาเห็นเพื่อน ๆ ที่ภาวนาความสงบ แกก็สำคัญว่าสู้ตนไม่ได้ จนพูดถูกเพื่อน ๆ ที่ทำความเพียรด้วยกันว่าเป็นคนโง่ซิมเซอมาคำวันหนึ่ง ข้าพเจ้าเทศนาอบรมหมู่คณะอยู่ ต่างคนก็ทำ ความสงบ กำหนดจิตของตน ฟังเทศนาอยู่ตามเคย พอเทศน์จบแล้วมีพระรูปหนึ่งเกิดความสงสัยในความรู้ที่เกิดจากขณะจิตที่สงบอยู่นั้นว่ามันเป็นอะไร ในขณะที่พระรูปนั้นถามปัญหาอยู่ ตาแก่คนทีว่ำนี่แกก็ฟังพระรูปนั้นถามด้วยความสนใจเป็นพิเศษ เมื่อจบการถามปัญหาของพระรูปนั้นลง แก

ได้เกิดความสงสัยถามปัญหาแทรกขึ้นมาว่า เอ...ความรู้ที่ว่า
นั้นมันรู้อย่างไรกัน ข้าพเจ้าจึงย้อนถามแก้ว่า ที่แก้ว่าเมื่อ
ภาวนาเข้าเกิดความรู้แจ้งแทงตลอดไปเสียทุกสิ่งทุกอย่างนั้น
แก้รู้อย่างไร แกตอบว่าเรื่องเก่า ๆ ไม่ว่าจะเป็นการงานหรือความคิด
แม้แต่สถานที่ซึ่งเคยได้ไปมาทำมาค้าขายหาอยู่หากินเมื่อ
ก่อน ๆ นานมาแล้วจนลืมไปหมด เมื่อภาวนาเข้าจิตจะไม่มอง
เห็นทะเลปูปรุปรองหมด หมู่เพื่อนพากันมองตาแล้วต่างก็ยิ้ม ๆ
แล้วไม่มีใครว่าอะไร ข้าพเจ้าจึงแสดงให้แกฟังว่า นั่นเป็น
อดีตสัญญา หาให้ปัญญาเกิดจากภาวนาสมาธิไม่ ถ้า
ต้องการปัญญาชนิดนั้นแล้ว ไม่ต้องภาวนากันยากหรอก ไป
นั่งนิ่ง ๆ อยู่คนเดียวเดี๋ยวก็จะโผล่ขึ้นมาเอง

นี่แหละ นักปฏิบัติทั้งหลาย **อย่าถือเอาสัญญาแล**
สังขารอันเป็นอดีต อนาคต แลปัจจุบันมาเป็นตัวปัญญา
เดี๋ยวจะย่ำแย่อย่างตาแก่คนนั้น



หลังจากปรินิพพานของพระบรมศาสดาแล้ว ๓ เดือน
พระอานนท์ซึ่งพระสาวกทั้งหลายทุก ๆ รูปให้ความยกย่องว่า
เป็นคลังพระสัทธรรม ถึงแม้พระพุทธร่องค์จะปรินิพพานไปแล้ว
พระอานนท์ยังอยู่ ก็เหมือนพระบรมศาสดายังทรงพระชนม์อยู่
เพราะพระอานนท์เป็นผู้ทรงพระธรรมคำสอนของพระพุทธรเจ้า
ไว้ครบถ้วนทุกประการ พระสงฆ์ ๔๙๙ รูป มีพระมหากัสสปะ
เป็นประธาน จะทำสังคายนาร้อยกรองพระธรรมวินัยคำสอน

ของพระพุทธเจ้า ในการนี้จะต้องคัดเลือกเอาพระสงฆ์ที่เป็นพระ
อรหันต์ แต่พระอานนท์ยังเป็นเสขบุคคลอยู่แล้วจะเว้นพระ
อานนท์ก็ไม่ได้ เพราะพระอานนท์เป็นพหูสูตรอย่างยอดเยี่ยม
บรรดาพระเถระทั้งหลาย มีพระมหากัสสปะเป็นต้น จึงได้เตือน
พระอานนท์ว่า อานนท์ พຼ່ງนี้แล้วพระสงฆ์ทั้งหลายจะได้พา
กันทำสังคายนา การครั้งนี้หากขาดท่านรูปเดียวเสียแล้ว การ
ทำสังคายนาก็จะไม่สมบูรณ์ ฉะนั้น ขอท่านอย่าได้ประมาท
จงรีบเร่งทำความเพียรให้เต็มทีเถิด ท่านพระอานนท์เป็นผู้ไม่
ประมาทแล้ว ทำความเพียรเกือบตลอดราตรี ธรรมทั้งหลาย
ที่ได้สดับศึกษามาจากสำนักของพระพุทธองค์เป็นเวลานาน
ร่วม ๔๐ ปี นำมาใช้คิดค้น พิจารณาเพื่อให้สำเร็จพระอรหันต์
เปล่าทั้งสิ้น ท่านมาอนุสรณ์ซึ่งพระองค์ได้ตรัสไว้ว่า อานนท์
เธอจะได้สำเร็จพระอรหันต์หลังจากตถาคตปรินิพพานล่วงไป
แล้ว ๓ เดือน พระพุทธพจน์ไม่เคยตรัสเป็นคำสอง ไฉนหนอ
...เราจึงไม่ได้ตรัสรู้ วันพຼ່ງนี้ก็พอดีครบ ๓ เดือนแล้ว ตั้งแต่
พระพุทธองค์ปรินิพพานมา ท่านอ่อนเพลียละเหี่ยวใจ ตั้งใจ
ว่าจะพักผ่อนนอนเอาแรงสักนิด แล้วจึงจะทำความเพียรใหม่
ขณะที่ท่านทอดธุระเอนกายลงเพื่อจะพักผ่อน ศีรษะยังไม่
ทันถึงหมอนเลย ท่านก็ได้สำเร็จพระอรหันต์ในขณะนั้น
รุ่งเช้าท่านได้เข้าร่วมทำสังคายนา กับพระสงฆ์อรหันต์ ๕๐๐
พอดิ โดยมีพระมหากัสสปะเป็นประธาน

กิเลสจะเกิดขึ้นก็เกิดขึ้นที่อายตนะ ๖ นี้ เพราะความไม่รู้ตามเป็นจริง แล้วเข้าไปยึดอารมณ์ ๖ นั้นมาไว้เป็นของตัว จึงเดือดร้อนเป็นทุกข์ ความจริงแล้วอายตนะ ๖ ก็มีไว้สำหรับรับรู้ทำหน้าที่ของตน ตนเป็นธรรมดาอยู่แล้ว อายตนะมิได้มาไหว้วอนหรือขอร้องขอให้ใคร ๆ มาหลงรักหลงชอบหรือเกลียดชังอะไร แต่ใจของเราต่างหากแสไปยึดไปถือเอาอารมณ์นั้นมาเป็นตน เป็นของตน ทั้ง ๆ ที่อารมณ์เหล่านั้นก็หาได้เป็นไปตามปรารถนาไม่ มันเกิดขึ้น ณ ที่ใด มันก็ดับลง ณ ที่นั้น มันเกิด ๆ ดับ ๆ อยู่อย่างนี้ตลอดกาล ผู้มาพิจารณาเห็นชัดแจ้งอย่างนี้ด้วยใจด้วยปัญญาอันชอบแล้วจิตจะไม่แส่สายลึงเลไป ในอารมณ์นั้น ๆ แล้วจะตั้งมั่นแน่วอยู่ในความจริงใจว่าอายตนะทั้ง ๖ จะเป็นกิเลสและเป็นภัยก็แต่ผู้ที่ไม่เข้าใจตามเป็นจริง แล้วเข้าไปยึดถือเอามาเป็นตนเป็นของตนเท่านั้น ผู้ที่รู้เห็นตามเป็นจริงแล้ว อายตนะทั้งหลายก็จะเป็นอายตนะอยู่ตามเดิม และทำหน้าที่อยู่ตามเคย ใจก็จะไม่หลงเข้าไปยึดถือเอาเป็นตนของของตนเลย ที่เรียกว่าสมาธิเกิดขึ้นเพราะเอาความเห็นอันเป็นจริงในสังขารมาเป็นอารมณ์ ต่อนั้นไปหากมีผู้มาแสดงสังขารอันเนื่องมาจากอายตนะขันธเป็นต้น อันมีมูลฐานอันเดียวกัน ท่านผู้นั้นก็จะส่องแสงปัญญาตามรู้ตามเห็นไปตามทุกแง่ทุกมุมจนสิ้นสงสัยในธรรมนั้น ๆ ที่เรียกว่าได้บรรลุธรรม



นักปฏิบัติที่จะเจริญก้าวหน้าหรือเสื่อมถอยหลังจกระวัง
ตรงนี้ เมื่อจิตเข้าถึงความสงบเต็มที่ออกจากรัณสีแล้ว พะ
พิจารณาอะไร ๆ ก็ชัดเจนแจ่มแจ้ง เข้าใจตนว่าถึง
ที่สุดของทุกข์แล้ว **ติดและเพลินเพลินอยู่ในอาการนั้น**
จนลืมตัวเลยขอบเขต เมื่อความสงบนั้นไม่มีกำลัง จิต
ถอนออกจากรัณสีแล้ว ศรัทธา ปีติ เสื่อมไป ความอึดใจ
และความผ่อนคลายสงบหายไป เลยเกิดความวิจิตรวิจกฏาไปหมด
ทุกอย่าง แม้แต่หลักปฏิบัติที่กำลังประพฤติอยู่และคำสอน
ของพระพุทธเจ้าที่เคยเชื่อมั่นว่าเป็นทางที่จะนำผู้ปฏิบัติให้
พ้นทุกข์ได้จริงก็พลอยหมดไปด้วย เห็นว่าพุทธศาสนานี้ไม่เป็น
นียยานิกธรรม - ธรรมนำผู้ปฏิบัติให้พ้นจากทุกข์เสียแล้ว
ฉะนั้น ขอนักปฏิบัติทั้งหลายจงได้ระวัง อย่าได้หลงเชื่อ
ความสงบสุขและความรู้ที่เกิดขึ้นนั้นโดยถ่ายเดียว

ตอบปัญหาธรรม โดย
พระนิโรธรังสีคัมภีรปัญญาจารย์
(หลวงปู่เทสก์ เทสรังสี)

จากหนังสือ

- ธรรมะปฏิบัติ สันทนาธรรมระหว่างอาจารย์และศิษย์
- ตอบปัญหาธรรมะ โดย พระนิโรธรังสีคัมภีรปัญญาจารย์

ฯลฯ

คำถาม ท่านอาจารย์สอนว่าทุกสิ่งทุกอย่างเป็นอนัตตา
หาสาระมิได้ แล้วใครเล่าเป็นผู้ทำ และใครเล่า
เป็นผู้รับกรรมที่ทำลงไปแล้วนั้น

คำตอบ ปัญหานี้ดีมาก ปัญหานี้เป็นปัญญาโลกแตก คือว่า
ถ้าปัญหานี้เกิดขึ้นในสังคมใดแล้วสังคมนั้นจะต้อง
ทะเลาะกันให้ได้ ถ้าเข้าใจว่า “อนัตตาเป็นของ
ไม่มีสูญเปล่า” ฝ่ายแย้งว่ามีก็จะชี้ลงไปว่า ผู้ซึ่ง
พูดว่าอนัตตา ๆ อยู่ไหน ถ้าไม่มีแล้วนั้นคืออะไร
พร้อมกันนั้นก็ยึดหมากแดงให้เลย อีกฝ่ายที่เห็น
เป็นอนัตตาก็ไม่เบาเหมือนกัน สอกลงกลับซุลมุนกัน
ไปเลย เพราะสอกลงก็เป็นอนัตตาบอกห้ามไม่ได้
อย่างนี้แลอนัตตาที่เข้าใจว่าเป็นของไม่มีตัวตน
สูญเปล่า ได้เคยมีมาแล้ว

ถ้าเห็นว่าอนัตตาเป็นของ “มีอยู่” แต่ “หา
สาระในนั้นไม่ได้” แล้วก็หมดปัญหา เพราะ
ทุก ๆ คนพากันเห็นของมีอยู่ด้วยกันทั้งนั้น
แต่จะเอาอะไรมาเป็นสาระในของที่มีอยู่นั้น

ไม่ได้ ทุกสิ่งทุกอย่างที่มีอยู่ในโลกนี้ แม้แต่
คนเราเกิดมาก็เป็นเพียงมายาเท่านั้น ต่างคน
เกิดมาก็พากันมาเล่นกีฬา เดินกันไปคนละ
แตร้มละฉาก พอจบเกมแล้วก็ปิดฉาก (เข้าโรง)
จบกันไปที คนใหม่เกิดมาก็พากันเล่นเกมเดิม
ฉากเดิมนี้อีกไม่รู้จักจบจักสิ้นสักที

คราวนี้มาพูดถึงเรื่องปัญหาที่ว่า เมื่อทุกสิ่งทุก
อย่างเป็นอนัตตาแล้วใครเล่าเป็นผู้กระทำความ
และใครเล่าเป็นผู้ได้รับผลของกรรมนั้น ดังได้
อธิบายมาแล้ว ถ้าอนัตตาแปลว่าไม่มีตนมีตัว
เป็นของว่างเปล่าแล้ว ผู้พูดก็ไม่มีเสียง ผู้รับฟัง
ก็ไม่ได้ยิน แล้วใครและอะไรจะไปกระทำความนั้น ๆ
เมื่อไม่มีใครทำความแล้วกรรมจะเกิดมาได้อย่างไร
และใครจะเป็นผู้ไปรับกรรมนั้น ๆ ก็ย่อมไม่มีเช่น
เดียวกัน แล้วทำไมจึงต้องมาพูดอนัตตา ๆ กันอยู่เล่า
พูดของไม่มีนี่มันชักจะเลอะกันไปเสียแล้ว ปัญญา
เกิดจากความคิดความเห็นอันมีมานะสนับสนุน
มันอาจเลยขอบเขตไปได้เหมือนกัน

หลักอนัตตาในทางพุทธศาสนาที่พระพุทธ-
เจ้าตรัสรู้ด้วยปัญญาอันชอบ พระองค์มิได้ตรัส
ว่าอนัตตาเป็นของไม่มีตนมีตัวเป็นของว่างเปล่า
พระองค์ตรัสว่าตนตัวคือร่างกายของคนเรา

อันได้แก่ ชันธทั้ง ๕ นี้ มันมีอยู่แล้ว แต่จะหา
สิ่งที่เป็นสาระในชันธ ๕ นั้นมันไม่มีดังนี้
ต่างหาก เบื้องต้น ดังพระองค์สอนว่า “คนแล
เป็นที่พึงของตน หรือการชนะตนแลเป็นของ
ดีเลิศ” ดังนี้เป็นต้นเมื่อจะสอนผู้มีปัญญาพอ
สามารถจะคิดค้นหาตัวตนที่แท้จริงนั่นคืออะไร
จึงให้หยิบยกเอาตนคือ ชันธ ๕ นี้แหละขึ้นมา
พิสูจน์ว่าอะไรแน่เป็นตัวตนของเรา ดังในอนัตต-
ลักขณสูตรที่พระองค์ทรงสอนพระปัญจวัคคีย์ภิกษุ
ทั้ง ๕ ท่านองตามปัญหาสรุปใจความเป็นภาษา
ไทย ๆ ของเราว่า รูปคือตัวของเราที่เราถือกันว่า
ตัวตนเราเขานี้ นั่น แท้จริงแล้วมิใช่ของเรา เพราะ
มันบอกมิได้ไม่อยู่ในบังคับของเรา เช่น ห้ามไม่ให้
มันแก่มันก็แก่ออยู่เรื่อย ๆ ทุกนาที่วินาที แล้ว
พระองค์ทรงรับสั่งว่า พวกเธอทั้งหลายพากันสำคัญ
ในรูปร่างนั้นอย่างไร มันเที่ยงหรือไม่เที่ยง ภิกษุเหล่านั้น
ทูลว่า ไม่เที่ยงพระเจ้าข้า แล้วพระองค์ทรงตรัสว่า
สิ่งใดไม่เที่ยงมันเป็นทุกข์หรือเป็นสุข ภิกษุเหล่านั้น
ทูลว่า เป็นทุกข์พระเจ้าข้า แล้วพระองค์ตรัสว่า
สิ่งใดไม่เที่ยงเป็นทุกข์ จึงให้พิจารณาเห็นตามความ
เป็นจริงของมันเสียว่า สภาพของขันธมันหากเป็นจริง
ตามสภาพของมันอยู่อย่างนั้นจึงไม่ควรไปถือเอามา

เป็นเราเป็นของเรา ดังนี้ จึงแสดงให้เห็นชัดเลยว่า
อนัตตาจึงมิใช่ของไม่ดี คือแสดงว่ามีอยู่ แต่ของนั้น
มันไม่มีสาระ เมื่อผู้ใดเข้าไปยึดเอามาเป็นตนจึงได้
รับความทุกข์ ดังพระองค์แสดงให้แก่โมฆราชฟังว่า
“ท่านจงพิจารณาโลกลนี้ให้เห็นเป็นของว่างสูญเปล่า”
ก็ดี ก็คงแสดงถึงของมีอยู่คือโลกนั่นเอง แต่ให้
พิจารณาเป็นของว่างเปล่าจากการเข้าไปถือเอามา
เป็นตัวเป็นตนเท่านั้นเอง

ฉะนั้น เมื่อจะสรุปให้สั้น ๆ แล้ว เมื่อผู้ที่ยัง
ยึดอัตตาอยู่ พระพุทธองค์ก็สอนให้ประกอบ
การกรรมเพื่อประโยชน์แก่อัตตาโดยทางที่ชอบ
ที่ควรไปก่อนจนกว่าผู้นั้นจะเห็นชัดแจ้งด้วย
ตนเองว่า สิ่งที่เราถือว่าอัตตาอยู่นั้น แท้จริง
แล้วมิใช่อัตตา มันเป็นแต่เพียงมารยาหรือของ
ไม่เที่ยงเป็นทุกข์ก็แล้วแต่ แล้วพระองค์จึงสอน
อนัตตาที่แท้จริง พุทธศาสนาจึงเป็นศาสนาที่
ทนต่อการพิสูจน์ เพราะมีเหตุผลให้พิสูจน์ได้
นักแสดง โขน-ลิเก และละครอาชีพ ใคร ๆ ก็รู้อยู่
แก่ใจทุกคนว่า เรื่องที่เขาแสดงนั้นมีใช่เป็นของจริง
เขาสมมติขึ้นมาพอเป็นมารยาเท่านั้น ถึงขนาดนั้น
ก็ตาม ยังสามารถเข้าใจของผู้ที่ยังถืออนัตตาอยู่
เมื่อเข้าไปดูแล้วถึงบทใดก็เข้าก็เป็นทุกข์ตามบท

ถึงกับร้องไห้ก็มี เวลาถึงบทนำเพลิดเพลินก็หัวเราะ
จนท้องคัดท้องแข็งก็มี แต่สำหรับท่านผู้รู้มารยา
และสิ่งที่ไม่ใช่มารยาแล้ว ท่านก็เฉยๆ

คำถาม ขอเรียนถามท่านอาจารย์ว่า เวลาภาวนา จิตมัน
เพ่งอยู่ในอารมณ์ใดแล้ว จะมีความสงบสุขชอบใจ
อยู่ในอารมณ์นั้น ไม่อยากพิจารณาอะไรเลย เห็น
ว่านี่ดีพอแล้วเดียว ๆ จิตเข้าภวังค์หายเจ็บไป
เมื่อเวลามันถอนออกมา รู้สึกว่าไม่สงบสุขเต็มทีดอก
แต่มองอะไรเห็นอะไรเข้า มันมักให้เกิดความรู้แปลก
และเป็นไปเพื่อสลดสังเวชเปื้อนหายไบนหมด เดียว ๆ
มันก็จะเป็นไปในสภาพเดิมอีก แล้วจะให้ทำอย่างไร
หรือปล่อยให้มันเป็นไปอย่างนั้นอยู่ตลอดเวลา

คำตอบ ช่างมันเถิด มันจะเป็นอย่างไรก็ตาม เราไม่ต้องไป
ดัดแปลงแก้ไข ถึงจะดัดแปลงแก้ไขก็ไม่ได้ เมื่อ
เราฝึกจิตของเราเข้าถึงขั้นนั้นแล้ว หากมันเป็นของ
มันเอง หน้าที่ของเรา ขอแต่ให้เราทำให้ชำนาญ
รู้เท่าเข้าใจในเรื่องนั้น ๆ แล้วอย่าได้ไปหลงยึดคิด
เอาเป็นของจริงจังก็แล้วกัน ดังได้อธิบายมาแล้ว
แต่ในที่นี้ขออธิบายเพิ่มเติมอีกว่า เมื่อจิตเข้าภวังค์
หายวับไปนั้น ไปเสวยสุขยินดีอยู่กับชั้นฐาน จึง
เป็นเหตุให้หลงและติดเพราะมีความสุขมาก ถ้าจะ

พูดให้เข้าหลักก็เรียกว่า จิตไปติดหลงอยู่ในมาน เมื่อจิตมันถอนออกมาจากภวังค์แล้วมาเห็นชั้นนอก ธรรมดา ๆ ซึ่งเคยได้รู้ได้เห็นอยู่ประจำ แต่ด้วยอำนาจจิตเรายังมีสมาธิอยู่จึงมองเห็นธรรมคือ พระไตรลักษณ์ญาณไปหมด ถ้าจะพูดให้เข้าหลัก ก็เรียกว่า ปัญญาเกิดจากสมาธิเป็นองค์มรรคที่จะ นำให้รู้แจ้งเห็นจริงในสัพพกิเลสทั้งปวงจนจะได้ ในที่สุด ทั้งฌานและสมาธิมันหาเป็นคู่กันอยู่ อย่างนั้น เหมือนคนทำงานไม่มีการพักผ่อนก็ทำงาน ไม่ได้ ถ้าพักผ่อนมาก ๆ งานก็ไม่เดิน

คำถาม ขอรบกวนเรียนถามท่านอาจารย์ว่า ผมพยายามจะ ให้เข้าใจเรื่องวิปัสสนาก็พอดีพื้นมันเจ็บมาก ก็เลย พิจารณาความเจ็บเวลาพิจารณาก็เห็นความเจ็บ มันเป็นไปตามสภาพของมัน ใจมันก็เป็นอีกสภาพ หนึ่ง แล้วก็เวลาเห็นเป็นอย่างนั้นนอนไม่หลับก็ดีใจ เพราะว่าเห็นจิตกับเวทนามันต่างกัน

คำตอบ นั่นก็ยังไม่ใช่ตัววิปัสสนาแท้ ที่เราเห็นเช่นนั้นดีแล้วละ เราไปเพ่งตัวเวทนาเพราะอำนาจพลังของการเพ่ง สมถะมีกำลัง มันเลยแยกกันออกไปในตัวเวทนา อันหนึ่ง ใจเป็นอันหนึ่ง ถ้าหากเราเพ่งพิจารณา อันนั้นอยู่ตลอดไป ถ้าหากมันเป็นวิปัสสนามันไม่ใช่

อย่างนั้น มันเห็นความเกิดขึ้นก็ดับไป ๆ แค่นั้น
ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา ไม่ใช่อะไรทั้งหมด ทุกสิ่ง
ทุกอย่าง นอกจากเวทนาแล้วเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ๆ
นั่นจึงเข้าถึงวิปัสสนา

คำถาม ผมมีปัญหายุ่งยาก คือ เวลาผมไปจับจ้องลมหายใจ
มันก็มีความตึงเครียดที่สมอง คราวนี้ผมก็ไปจับจ้อง
ที่ลมหายใจและก็ไปจับจ้องความตึงเครียด และ
อีกอย่างหนึ่งคือ ไปจับจ้องที่ใจต่างหากอีกอันหนึ่ง
คราวนี้ผมพยายามจะสลัดความตึงเครียดที่สมอง
ออก โดยการคิดว่าอะไรทุกอย่างทุกอย่างไม่มี มีแต่
ตัวรู้ตัวเดียว ดังนั้น ผมจึงสลัดความตึงเครียดนั้น
ได้แล้วก็วกกลับมาที่ลมหายใจกับใจอีกอันหนึ่ง
ต่างหากบางที่มันก็เข้าใกล้กัน แต่ไม่รวมกันทีเดียว
บางที่มันก็ออกห่างกันครับ แต่เวลาไปจ้องที่ใจ
ลมหายใจจะเข้าใกล้ที่ใจเข้าไปอีกครับ

คำตอบ คือว่าเราไปยึด ความยึดถืออุปาทานมันยังไม่หมด
ไปยึดตรงนั้นก็จะได้ ตรงนี้ก็จะถูก อะไรต่ออะไรเลย
ยุ่งกันอยู่อย่างนั้นแหละ มันยังอิงตุนั่งกันอยู่ตรง
นั้น จะเอาจริงเอาง้ออะไรลงอันเดียวยังไม่ได้ ที่จริง
ก็ถูกหนทางอยู่แล้วนะ เราปล่อยสละหมดทุกอย่าง
จนจิตจะรวมเข้าเป็นหนึ่งอยู่แล้ว แต่เรายังไม่รู้ที่จะ

วางอารมณ์แล้วจับเอาจิตที่เป็นหนึ่งได้ ด้วยเหตุ
ตนมีความมุ่งว่าเราจะเอาตรงนั้นจับตรงนั้นแล้ว
จะเป็นอย่างนั้น ๆ ไม่ยอมปล่อยให้จิตเป็นไปเอง
แล้วจึงไปจับเอาเฉพาะที่มันเป็นเองแล้วนั้น จึง
กลายเป็นเรื่องตึงเครียดและยุ่งกันไปหมด

คำถาม ได้ยินบางคนเคยพูดให้ฟังว่า สมณะไม่ต้องหัด หัด
แต่วิปัสสนาก็พอแล้ว สมณะสงบเป็นบางครั้งบาง
คราวเท่านั้น ไม่สามารถทำให้สำเร็จมรรคผลได้
แต่ผมยังเห็นว่าสมณะนี้เป็นรากฐานสำคัญมาก
ผมอยากทราบว่าเรื่องนี้อย่างไรแน่

คำตอบ มีนักปฏิบัติหลายคนในเมืองไทยเราที่คิดเห็นและ
เข้าใจในแนวนั้น คือถือว่าสมณะเป็นของไม่จำเป็น
จะต้องเจริญวิปัสสนาอย่างเดียว แม้แต่ศีลก็ไม่
จำเป็นต้องรักษา เขามีหลักอ้างว่า ผู้ที่สำเร็จ
มรรคผลนิพพานได้เพราะปัญญา มีหลักอ้างว่า
ปัญญา ยะ ปาริสุทธติ ดังนี้ **จะบริสุทธิ์ได้ก็เพราะ
ปัญญา** ลืมหลักอีกนัยหนึ่งซึ่งเขาลืมไป เมื่อเวลา
บวชพระเสร็จแล้ว อุปัชฌาย์จะต้องสอนก่อนอื่นว่า
ศีลปรีภาวิโตมหปฺผลโล โหติ มหานิสฺโส ผู้เจริญ
ศีลดีแล้วมีสมาธิเป็นอันสงสฺสใหญ่ **สมาธิ-
ปรีภาวิตา ปญฺญา มหปฺผลาโหติ มหานิสฺสา**

เมื่อเจริญสมาธิแล้วปัญญาเป็นอันสงสใหญ่
แล้วท่านอธิบายถึงเรื่อง เมื่อเจริญปัญญาดีแล้วจะ
ถึงวิมุตติหลุดพ้นได้ พ้นจากกิเลสทั้งปวงมีอยู่อย่างนี้
คนที่อธิบายหรือคนที่เข้าใจว่าสมาธิไม่จำเป็น
แท้ที่จริงคน ๆ นั้นเข้าใจว่ายังไม่ได้สมาธิ จึงไม่เห็น
อันสงสของสมาธิ ถ้าผู้ได้สมาธิแล้ว ไม่มีใคร
เขาปฏิเสธเช่นนั้นกันดอก หรือได้สมาธิแล้วแต่ไม่
เกิดปัญญาอย่างนี้กันโดยมาก เมื่อตนเองทำไม่ได้
เลยหาว่าหลักที่ท่านว่าไว้นั้นผิด มันเป็นกิเลสเข้าตัว

คำถาม มีบางคนพูดว่าถ้าหากธรรมะมีประจำตัวของเรา
อยู่แล้ว จะออกไปประพฤติปฏิบัติให้มันลำบาก
ทำไม เขาพูดอย่างนี้ ถูกต้องจริงไหมครับ

คำตอบ มันก็ยังไม่ทันถูกแท้ ดังอธิบายมาแล้ว ธรรมะมีอยู่
แต่เรายังไม่เห็น เห็นก็เพียงตื่น ๆ เผลิน ๆ ไปเห็น
รูปนามด้วยตาด้วยความคิดนึก อันนี้เป็นธรรมะที่
เป็นความจำตามตำรับตำราหรือผู้อื่นสอน แต่ยังไม่
เห็นธรรมะที่เป็นของแท้จริงเห็นด้วยตนเอง
เพราะฉะนั้น เราจะต้องมาฝึกฝนใจของเราให้มี
พื้นฐานไว้สำหรับรับรองธรรม เนื่องจากฐานที่ตั้ง
ของธรรมะดังอธิบายมาแล้วยังไม่ทันมี เหตุนั้น
ธรรมะจึงไม่มีที่ตั้งดังนั้น แม้จะพิจารณาธรรมะ

อันนั้นจึงไม่ชัดเจนและไม่เห็นตามเป็นจริง เพราะ
ว่าธรรมะ ถึงแม้จะมีจริง แต่เราก็กังไม่สามารถที่
จะพิจารณาให้เห็นตามเป็นจริงได้ เหตุนั้นจึงจำเป็น
ต้องออกไปอบรมฝึกฝนใจของเราในที่สงัด หรือกับ
อาจารย์ผู้รู้ต่าง ๆ ให้มีที่ตั้ง เพื่อจะให้ภูมิของ
ธรรมะมาตั้งใจไว้อยู่ที่นั่น (จิต)

คำถาม ทาน-ศีล-ภาวนา ทั้ง ๓ ข้อนี้ ถ้าหากว่าผู้มา
พิจารณาเห็นด้วยปัญญาแล้วจะรวมเข้าเป็น
จุดอันเดียวได้หรือไม่ครับ

คำตอบ ทาน-ศีล-ภาวนา ที่ท่านบัญญัติไว้ตามลำดับ
ท่านพูดถึงเรื่องทาน เรื่องศีล เรื่องภาวนา เป็น
คนละอัน คนละอย่างกันไว้ ถ้าหากผู้มาภาวนาพูด
ถึงเรื่องใจ ไม่ได้พูดถึงเรื่องภายนอก พูดถึงเรื่องใจ
ทำให้สงบ จึงค่อยคิดค้นภาวนาดังอธิบายมาแล้ว
ถึงเรื่องธรรมทั้งหลาย ไม่ว่าของหยาบหรือของ
ละเอียด เมื่อใจสงบแล้วจะมองเห็น

ทาน ภายนอกซึ่งเรียกว่า วัตถุทาน นั้นเป็น
ส่วนหนึ่ง คือความสละ จากะ ความมัจฉริยะ
ความตระหนี่เหนียวแน่น ส่วนศีล คือ การรักษา
กาย วาจา ใจ ให้สงบ คือให้เว้นเสียจากบาป
ส่วนการภาวนา คือ การอบรมทำความสงบของใจ

เห็นเหมือนกัน เห็นในทำนองนั้นก็ชัดเหมือนกัน
แต่มันไม่ชัดเท่าที่มันเห็นด้วยใจของตนเอง

ที่ตนเห็นด้วยใจของตนนั้น ทานคือการสละ
เวลาเราภาวนาเราสละอารมณ์ มีเรื่องต่าง ๆ ที่มา
ข้องที่ใจของเรา เรียกว่า จาคะ คือการสละทำทาน
นั่นเอง เข้ากับคำว่า จาโคปญนิสสัคโค นั่นเอง
ศีลในเวลาที่เรานั่งภาวนา เราไม่ได้ทำอะไร กาย
วาจาของเราก็สงบเรียบร้อยเป็นศีลในที่นี้แล้ว จึง
เรียกว่าศีล การที่ทำเช่นนั้น มันเกิดจากภาวนา
เหมือนกัน ภาวนาสงบแล้วจึงค่อยเห็นชัดในที่เดียว
คือเวลาที่นั่งทำความสงบนั้น ทานเราก็ได้ทานอยู่
แล้ว ศีลเราก็มีอยู่แล้ว นี่แหละ ทาน ศีล ภาวนา
เลยเป็นอันเดียวกัน นักภาวนาทั้งหลายจึงเห็นชัด
ลงอย่างนี้ แต่ก็ไม่ได้ลบหลู่หรือดูถูก ทาน ศีล
ภาวนา ที่ว่ามาในเบื้องต้นนั้น อันนั้นก็เป็นส่วนหนึ่ง
ต่างหาก อันนั้นท่านบัญญัติไว้เพื่อเป็นสาธารณะ
ทั่วไป ที่พูดว่ารวมเป็นอันเดียวกันอยู่ ณ ที่เดียวนั้น
พูดเฉพาะเรื่องของการภาวนาต่างหาก

คำถาม ตามหลักพระปริยัติแล้ว เมื่อพูดถึงศีล สมาธิ
ปัญญา อยู่ข้างหลัง แต่นักปฏิบัติทั้งหลายท่านยก
เอาตัวปัญญาไว้ข้างหน้า อันนี้ถูกไหมครับ

คำตอบ อันนี้ก็ในทำนองอันเดียวกับท่าน ศील ภาวนา ท่าน ยกเอาศีล สมาธิ ปัญญา มาตั้งไว้เป็นลำดับ แล้วก็ เอาปัญญาไว้สุดท้าย ยกเอาศีลไว้เบื้องต้น สมาธิ เป็นอันดับ ๒ ปัญญาเป็นอันดับ ๓ เพื่อว่าบัญญัติ เหล่านี้เป็นของสาธารณะทั่วไป พุทธแต่หยาบไปหา ละเอียดย คนจะได้รู้ง่ายเข้า ถ้าหากนักปฏิบัติ แล้วมันตรงกันข้ามอีกเหมือนกัน

คำถาม การภาวนาบริกรรมพุทโธ ๆ เมื่อจิตอยู่กับพุทโธแล้ว จะเรียกว่าสมาธิหรือสมถะ สมาธิกับฌานต่างกัน อย่างไร จิตรู้ที่ครั้งจึงจะเข้าถึงอัปปนาสมาธิ เมื่อจิต อยู่กับสมาธิเต็มที่แล้วจะย้อนออกมาอยู่ระดับไหน จึงจะเกิดปัญญา เมื่อเกิดปัญญาแล้วเห็นชัดอย่างไร จึงจะเป็นวิปัสสนา

คำตอบ สมาธิกับสมถะอันเดียวกัน เวลาบริกรรมพุทโธ ๆ ๆ จิตเข้าไปจดจ่ออยู่ ณ ที่พุทโธแห่งเดียว นั่นแหละ คือสมาธิ (จิตเป็นเอกัคคตารมณ์) ความสงบ ของจิตที่ไม่ได้ส่งสายออกไปที่อื่น นั่นแหละเรียกว่า สมถะ สมาธิกับฌานโดยมากท่านอธิบายเป็นอัน เดียวกัน แต่ในที่นี้ จะอธิบายทั้งต่างกันและ เหมือนกันก็กินเวลามาก ในหนังสือประมวลแนว ปฏิบัติธรรม ซึ่งก็ได้เขียนอธิบายไว้พิสดารพอสมควร

แล้ว ถ้าหากไม่ชัดจะไปเปิดดูในนั้นก็ได้นะ นั่น
ในที่นี้จะอธิบายเพียงย่อย่อพอเป็นแนวความคิดว่า
**สมาธิมีสมาธิ ๓ เป็นเครื่องสังเกต ฌานมีภวังค์
เป็นเครื่องสังเกต** แต่อารมณ์ที่จะเอามาเพ่ง
พิจารณานั้น ใช้อันเดียวกันก็ได้สุดแต่แต่จริตนิสัย
ใครจะชอบอย่างไร เมื่อยกเอาอารมณ์อันใดขึ้นมา
เพ่ง เช่น เพ่งกายให้เป็นธาตุดิน เป็นต้น โดยมีได้
ค้นคว้าหาเหตุผลของธาตุดิน จนจิตรวมเข้าเป็น
ภวังค์เรียกว่าฌานแล้ว พึงเข้าใจด้วยว่า อุดคหะ-
ปฏิกภาค เกิดจากภวังค์ ถ้าภวังค์ไม่เกิดทั้งสองนั้น
ย่อมไม่มี (ภวังค์มีลักษณะทำจิตให้รวบรวมเข้า
ไปอยู่ ณ ที่แห่งหนึ่งของมันต่างหาก บางทีก็หาย
เจียบไปเลย)

ส่วนสมาธินั้นเมื่อยกกายนี้ขึ้นมาเพ่งพิจารณา
แล้ว จะต้องมีการวิพากษ์วิจารณ์ว่า กายนี้เป็นแต่
สักว่าธาตุดิน ส่วนไหนเป็นอะไร มีลักษณะอาการ
ของมันเช่นไร และธาตุดินนี้มันเป็นมาอย่างไร
เกิดขึ้นมาได้อย่างไร และตั้งอยู่เพื่อประโยชน์อันใด
 เป็นต้น เมื่อพิจารณาไป ๆ จิตก็จะรวมอยู่ใน
จุดเดียว (เอกัคคตารมณ์) ไม่มีความฟุ้งซ่าน
ลังเลในเรื่องที่ตนพิจารณาอยู่นั้นและจะเกิดความรู้
เห็นชัดแจ้งในเหตุผลที่ตนพิจารณาอยู่นั้น เมื่อเป็น

เช่นนี้ จิตก็จะไม่เข้าภวังค์เหมือนณานดังกล่าวแล้ว แต่เมื่อจิตมีพลังเต็มทีเพราะพิจารณาอย่างนั้นอยู่ จนละเอียดเต็มทีแล้ว จะเข้าอัปปนาสมาธิได้ (อัปปนาณานกับอัปปนาสมาธิมีลักษณะแตกต่างกัน เมื่อจะอธิบายก็คงยืดยาว แล้วก็ถ้าผู้ยังไม่เคยเป็น เช่นนั้นจะอธิบายให้ฟังก็ยังเข้าใจยากอยู่นั่นเอง)

ที่ว่าจิตรู้ที่ครั้งจึงจะเข้าถึงอัปปนา ไม่มีกำหนด อย่างนั้น ถ้ายังมีกำหนดหมายรู้อยู่อย่างนั้นแล้ว จิตจะไม่เข้าถึงอัปปนาเลย อัปปนาไม่เกิดปัญญา เป็นแต่ที่พักของจิตทำงานของมันเสร็จแล้ว (ค้นคว้า เห็นเหตุผลจนพอตัว)

ส่วนที่ว่าจะถอนจิตออกมาอยู่ในระดับไหนจึง จะเกิดปัญญานั้น มันถอนออกมาเองอยู่ในระดับ ของอุปจารสมาธิ

คำถาม คำว่า สังขารทั้งปวงเป็นทุกข์นั้น หมายความว่า สังขารต่างหากเป็นทุกข์หรือว่าใจเป็นทุกข์ แล้วสิ่ง ที่ไม่เป็นทุกข์นั้นคืออะไรครับ

คำตอบ สังขารมี ๒ คือ รูปสังขาร ๑ (คือวัตถุ) นามสังขาร ๑ (คือใจ) สังขารทั้งสองไม่เป็นทุกข์ ที่ท่านว่าสังขาร ทั้งปวงเป็นทุกข์นั้นท่านหมายเอาความเข้าใจไป ยึดถือเอาสังขารนั้นมาเป็นตัวเป็นต่างหาก ท่านที่

เข้านิโรธสมาบัติท่านปล่อยวางสังขารทั้งหลายแล้ว
ทุกข์ของท่านก็ไม่มี คนตายไม่มีผู้ใดเข้าไปยึดรูป
ของเขา เขาก็ไม่เป็นทุกข์ คนผู้ยังเป็นอยู่ เข้าไปยึด
เอารูปเขาก็เลยเป็นทุกข์ สังขารจิตผู้คิดนึกปรุงแต่ง
ต่าง ๆ นานา หากมันเป็นทุกข์แล้วมันก็คงไม่คิดนึก
ปรุงแต่งแน่ แต่นี่มันไม่เป็นทุกข์มันจึงคิดนึกปรุงแต่ง
ไม่รู้จักจบจักสิ้น อุปาทานผู้เข้าไปยึดเอาสังขาร
เหล่านั้นมาเป็นตนเป็นตัวเลยเป็นทุกข์ สิ่งที่ไม่ทุกข์
ก็คือ ผู้ไม่เข้าไปยึดเอานั่น ๆ มาเป็นตัวเป็นตน
นั่นเอง

คำถาม สุขจริงแท้คือการละ ทำไมคนเราจึงไม่อยากละ
ทุกข์จริงแท้คือการสะสม ทำไมคนเราจึงชอบสะสม
ถ้าไม่สะสม ไม่ละ ทั้งสองอย่างนี้เรียกว่าอะไรครับ

คำตอบ เรื่องนี้เป็นเรื่องพุดยาก เพราะคนเราเกิดสุขอยู่ด้วย
การเข้าไปยึดเท่านั้น ถ้าไม่มีสิ่งใดเป็นเครื่องยึดของใจ
แล้วจะอยู่ไม่เป็นสุขเลย แม้แต่นักปฏิบัติเพียร
พยายามสลัดทั้งด้านวัตถุและอารมณ์ของใจอยู่
เสมอ ๆ แต่แล้วพอสลัดอันนี้ได้แล้วมันกลับไปยึด
เออันอื่นอีก นี่เพราะความเข้าไปยึดในสิ่งนั้น ๆ
เป็นอารมณ์ของใจ (คือกิเลส) มันเป็นพื้นฐาน
ธรรมชาติของคนเราอยู่แล้วและไม่เคยได้รับความ

สงบสุขของใจ เพราะการสลัดในวัตถุและอารมณ์
นั้น ๆ ตราบใดผู้ที่ยังไม่ได้อบรมกายใจให้เข้าถึง
ความสงบอันแท้จริง เห็นโทษของความเข้าไป
ยึดถือว่าเป็นทุกข์แล้ว ผู้นั้นจะไม่ยอมสละ เพราะ
เห็นโทษของความเข้าไปยึดถือในสิ่งนั้น ๆ อยู่ตรานั้น
ฉะนั้น ท่านผู้มีปัญญาฉลาดจึงไม่ยอมเข้าไปยึดถือ
หรือสะสมในสิ่งนั้น ๆ แล้วเพ่งพิจารณาเหตุผลของ
สิ่งนั้น ๆ อยู่ด้วยความไม่ประมาทจะเรียกว่าสละ
ก็ไม่ใช่ จะเรียกว่าสะสมก็ไม่ใช่ เลยนหาชื่อสมมติไม่มี

คำถาม การมาปฏิบัติ จิตยังไม่เป็นสมาธิเต็มที่จึงมีสัญญา
เกิดดับ ๆ อยู่เรื่อย ๆ บางครั้งก็มีอารมณ์ฟุ้งซ่าน
ปรวนแปรต่าง ๆ อีก จึงคิดตัวเองว่า ทำไมถึงเป็นอย่างนี้
พยายามดูว่าต่าง ๆ นานา บางครั้งถึงกับลงโทษ
ตัวเองว่าทำไมถึงเป็นอย่างนี้ แล้วเกิดการเสียใจ
ร้องไห้มาพักหนึ่ง เมื่อหายเสียใจก็รู้ว่าการกระทำ
เช่นนี้ผิด เพราะเดิมมีฟุ้งซ่านอย่างเดียว ต่อมา
ก็เกิดกิเลสโทสะเข้ามาอีก ไม่เป็นทางระงับกิเลส
เป็นทางเพิ่มกิเลสเข้ามาอีก จึงทำการปลอบใจตัวเอง
จิตก็สงบดี การกระทำเช่นนี้เป็นเพราะอะไรครับ

คำตอบ นั่นเป็นอุบายฝึกฝนอบรมใจเราทุกคน ถ้ายังไม่มี
อารมณ์ขนาดหนักยังไม่เห็นโทษในเรื่อง ๆ นั้น

เสียก่อน มันยังพุ่งไปส่งสายไป มันยังเสียดาย
อารมณ์นั้น ๆ คือไม่ยอมเห็นโทษ ไม่ยอมสละ
ไม่ยอมทิ้ง ในที่สุดถึงโทษขนาดหนักจนไม่มีทาง
จะแก้แล้วถึงจะเห็นโทษชัด ทุกสิ่งทุกอย่างถ้าไม่
เห็นโทษในสิ่งนั้น ๆ แล้วละไม่ได้ แต่คราวนี้มัน
เห็นโทษถนัดชัดเจนทีเดียว พอเห็นโทษก็เรียกว่า
ปัญญาเกิด ปัญญาเกิดขึ้นมันก็วาง ก็ปล่อย
มันก็สงบได้ นี่คือนิเวศน์จิต เป็นอย่างนี้ทุก ๆ
คนแหละ เหตุนี้ เรื่องอารมณ์ต่าง ๆ นั้น ถ้า
หากว่าอารมณ์อะไรจะเกิดขึ้นมา จะเป็นอารมณ์
หนักอารมณ์เบา ถ้ายังไม่ถึงอารมณ์หนัก ๆ เรา
ยังจะพอใจอยู่ ต่อเมื่ออารมณ์ขนาดหนักเกิดขึ้น
ดังกล่าวนั้นแหละคือพระธรรมเกิดขึ้นแล้ว เราจะ
ได้จับเอามาเป็นอารมณ์เพ่งพิจารณาได้อย่างดี
ที่สุด ถ้าหากว่าเรายังไม่เห็นเป็นธรรม มันจะต้อง
ชวนเราไปจนถึงที่สุดทีเดียวละ จนกระทั่งถึงกับ
ร้องให้อย่างที่ว่านี้นั้นแหละจึงจะเห็นธรรมคือ
ความจริง (คือเข้าไปยึดเป็นทุกข์)

คำถาม การที่เรารักษาความสงบของจิตที่ได้ฝึกไว้ดีแล้วนั้น
ให้สงบอยู่อย่างนั้นตลอดไป มันจะมีประโยชน์แก่
การทำให้สิ้นกิเลสได้ไหม

คำตอบ การที่อยู่ด้วยความสงบอย่างนั้นตลอดเวลา เป็นประโยชน์แก่วิหารธรรมเครื่องอยู่ของนักปฏิบัติได้เป็นอย่างดี นอกจากจะไม่สามารถทำให้สิ้นกิเลสได้อย่างสิ้นเชิงดังได้อธิบายมาแล้ว เมื่ออยู่ด้วยความสงบนาน ๆ เข้า ไม่มีการคิดค้นพิจารณาอะไรเลย มักชักให้รำคาญได้เหมือนกัน (กิเลสใหม่เกิดขึ้น)

คำถาม อยากจะกราบเรียนท่านอาจารย์ว่า เวลาพิจารณา ลมหายใจเข้าลมหายใจออก เวลาจิตมันสงบ เมื่อคิดถึงเรื่องอดีต เรื่องอดีตมันปรากฏขึ้นมาแล้วมารบกวนจิตอยู่ตลอดเวลา จะภาวนาหรือไม่ก็ตาม ผมอยากจะทราบว่า จะแก้ไขด้วยอุบายอันใดจึงจะหายครับ

คำตอบ เวลาเราหัดภาวนา ไม่ว่าอารมณ์ใด จะเป็นอานาปานสติ หรือว่าพิจารณามรณานุสสติ หรือพิจารณาพุทโธ หรือกำหนดพุทโธก็ช่างเถิด เมื่อเวลาจิตมันเข้ามาอยู่ในจุดเดียวแล้ว จิตในขณะนั้นมันอยู่ในขณิกะ รวมบ้าง ไม่รวมบ้าง นิด ๆ หน่อย ๆ มันเกิดขึ้นมาตราบนี้แหละ ถ้าธรรมดาอารมณ์อดีตมันไม่มีเวลามันรวมลงปัจจุบันนี้ เรียกว่าอดีตมันรวมมาที่นี้ แล้วอารมณ์อดีตเยอะที่เดียว มันเป็น

ธรรมดา ตรงนี้แหละ คนซึ่งเกียจเปื่อน่ายกัตรงนี้
แหละโดยมาก ยิ่งภาวนาก็ยิ่งยุ่งหาความสุขไม่ได้
เราแก้ไขด้วยวิธีเอาปัจจุบันอย่างง่าย ๆ ที่สุด
เอาปัจจุบัน อดีตอนาคตไม่มี เอาปัจจุบัน เอา
อย่างง่าย ๆ นี่เสียก่อน ถ้าหากว่าเราจะตาม
อดีตที่ลวงมาแล้วก็ให้ล่องไปเสีย อนาคตที่ยังไม่มา
ถึงก็ยังไม่มาถึง เราไม่ต้องส่งไปหามัน เดียวนี้ไม่มี
เดี๋ยวนี้อยู่ปัจจุบันเท่านั้นแหละ อะไรเกิดขึ้นเวลานี้
กำหนดเอาเวลานี้ อดีตล่องไปแล้วก็แล้วไป อนาคต
ยังไม่มาถึงก็ยังไม่มาถึง เวลานี้ไม่มีทั้งสองอย่าง
วิธีแก้กันอย่างง่าย ถ้าหากเราจะแก้โดยสวหา
ต้นเหตุว่าเรื่องที่มันเกิดขึ้นนั้นมันเกิดมาจากอะไร
สิ่งนั้นมันเที่ยงหรือไม่เที่ยง เป็นสุขหรือเป็นทุกข์
แล้วก็ใครเป็นผู้ไปคิดส่งถึงมัน แล้วปล่อยวาง
ปลายเหตุ มากำหนดอยู่ที่ต้นเหตุ (คือใจ)

คำถาม ถ้าเราฝึกอบรมจิตให้เข้าถึงความสงบเต็มที่แล้ว
มีความรู้เฉพาะตัวเองอยู่ภายในตลอดเวลา ความ
รู้แจ้งต่าง ๆ นั้นจะทำให้ความลึกลับเล่ห์ทั้งหลาย
เกิดมาเองได้ไหม

คำตอบ การฝึกอบรมจิตให้เข้าถึงความสงบเต็มที่จนเกิด
ความรู้เฉพาะภายในตนเองนั้นเป็นของดีอยู่ เพราะ

ถ้าจิตไม่สงบก็จะไม่เห็นความฟุ้งซ่านของจิต (กิเลส) การเห็นความฟุ้งซ่านของจิตนั้นคือ ปัญญาขั้นต้น ฉะนั้น ความสงบของจิตจึงเป็น พื้นฐานของปัญญา แต่ความรู้ขั้นต้นนี้ก็ดี หรือ ความรู้อันเกิดจากความสงบรู้ภายในเฉพาะตนเอง ก็ดี ยังมีใช้ปัญญาที่จะชำระกิเลสให้หมดสิ้นได้ เป็นแต่ทำกิเลสให้สงบนิ่งอยู่ไม่กำเริบในเมื่อยังไม่มี อารมณ์อันใดมากระทบเท่านั้น ฉะนั้น จึงควร อบรมจิตที่สงบอยู่แล้วนั้นให้มากจนชำนาญ พร้อมกันนั้นก็ควรคิดค้นหาเหตุผลของอารมณ์ นั้น ๆ ที่มันเกิดขึ้นที่จิตและทำให้จิตฟุ้งซ่าน จนให้เห็นโทษของมันแล้วละถอนได้ มิใช่ จะปล่อยยให้มันสงบเต็มที่แล้วละถอนกิเลสเอง เหมือนผลไม้เมื่อมันแก่แล้วหวานเองร่วงหล่นเอง ฉะนั้น

คำถาม คนเราทำกรรมแล้วเอากรรมไปเก็บไว้ ณ ที่ใด เช่นคนที่เคยทำการภาวนาไว้แต่ชาติก่อน ๆ เกิด มาในชาตินี้ทำไมจึงไม่ทำภาวนาต่อเลย ทำไมจึง ต้องมาฝึกอบรมกันใหม่ ผู้ที่ได้โสดาบันบุคคลแล้ว เมื่อกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก ทำไมจึงมาเป็น ปุณฺณธรรมดา ๆ

คำตอบ คนเราเกิดมาเมื่อมีชีวิตอยู่ก็ย่อมทำกรรมด้วย ทวารทั้งสามร่วมกัน เวลาตายแล้วยังแต่มนกรรม อย่างเดียว กรรมอันใดที่พร้อมกันทำด้วยทวาร ทั้งสามเมื่อยังมีชีวิตอยู่ ก็มารวมอยู่ที่มนกรรม แต่ผู้เดียว (ใจเป็นผู้เก็บกรรม) เมื่อใจผู้นี้ยังมี ภพชาติอยู่ ไปเกิดในที่ใด กายเขาเป็นอย่างไร มีอย่างไร ก็ต้องเป็นอย่างเขา จะเป็นอื่นไปไม่ได้ ถ้าเป็นอื่นไปเขาก็เรียกว่าวิการ

ที่ถามว่าทำไมจึงต้องมาฝึกอบรมกรรมกันใหม่ ทำไมจึงไม่ฝึกอบรมเก่าต่อเลย วิสัชนาว่า เพราะ กายกรรมวจีกรรมมันขาดตอนกันแล้วในเวลาตาย เมื่อมาเกิดใหม่จึงต้องมาตั้งต้นใหม่ แต่มีดีที่ใจ เป็นผู้รับมอบกรรมเก่านำมาเกิด ถึงแม้ใจจะแสดง กรรมเก่าออกมาให้ปรากฏไม่ได้ แต่เมื่อได้อบรม ฝึกฝนกายวาจาที่เป็นแนวของกรรมเก่าแล้ว ย่อมเป็นไปได้เร็วกว่าง่ายกว่า

เหมือนนักดนตรี ถึงแม้เขาจะเปลี่ยนอาชีพเดิม ไปหาอาชีพอื่น จะด้วยเหตุใด ๆ ก็ตาม หากเขา ได้ฟังดนตรีหรือบทเพลง ๆ นั้นเข้าแล้ว เขาย่อม ระลึกได้และรู้ได้ชัดว่าเพลงนั้น ๆ ดนตรีนั้น ๆ ต้อง มีจังหวะจะโคนบทบาทอย่างนั้น ๆ ผิดถูกอย่างนั้น ๆ มีชื่ออย่างนั้น ๆ แม้เขาจะลืมไปนานแล้วเพราะ

เขามีอาชีพอื่นไม่ได้สนใจก็ตาม เมื่อเขามาได้ฟัง และมาฝึกอบรมใหม่เขาย่อมได้เร็วเป็นเร็วกว่าคนที่ยังไม่เคยได้อบรมมาก่อน เหมือนกับคนที่ได้อบรมความดีไว้จนเคยชินติดนิสัยแล้ว เมื่อยังมีภพมีชาติอยู่ ตายไปเกิดในภพนั้น ๆ เมื่อได้รับการอบรมหรือได้ฟังธรรมที่ตนเคยได้อบรมและได้ฟังมาแต่ภพก่อน ๆ ย่อมเป็นเร็วและเข้าใจได้ง่ายฉนั้นเหมือนกัน

คำถาม ในเวลาผมกำลังภาวนาอยู่ เมื่ออารมณ์อะไรเกิดขึ้น ในใจผมก็พยายามชำระและกำจัดอารมณ์นั้น ๆ ออกจากใจ การภาวนาของผมก็ดีขึ้นแล้ว สามารถมองเห็นกิเลสในใจของตนชัดเจนขึ้น

คำตอบ มันก็ต้องอย่างนั้น เราเห็นโทษอารมณ์ของใจที่ส่งสายว่าเป็นความวุ่นวายเดือดร้อน เราจึงได้พยายามสละด้วยอุบายต่าง ๆ จนใจสงบลงได้ เมื่อใจสงบได้มากเท่าไรยิ่งมองเห็นกิเลสภายในใจของตนเด่นชัดขึ้น เพราะกิเลสเป็นผ้าของใจ ใจสงบนิ่งเท่าไร ผ้าก็ยิ่งปรากฏชัดขึ้นมาเท่านั้น

คำถาม ธรรมดาความนึกคิดต่าง ๆ นี้ มันเป็นเรื่องของทุกข์ทั้งนั้น แต่การที่ผมจะสลัดความทุกข์ ผมลืมนึกไปว่าเพราะเราไปยึดความนึกคิดต่างหากทำให้เรา

เกิดทุกข์ แท้จริงความนึกคิดไม่ใช่ทุกข์ แต่การ
ไปยึดความนึกคิดต่างหากที่เป็นเรื่องของทุกข์
แต่ผมไม่เข้าใจเรื่องนี้ ดังนั้นผมจึงพยายามจะสลัด
เอาความนึกคิดอย่างเดียว เลยลืมนึกว่า การที่ไป
ยึดเอาความนึกคิดต่างหากที่จะต้องละ ไม่ใช่
ไปสลัดความนึกคิด ความนึกคิดย่อมเกิดขึ้น
เป็นธรรมดา ผมเลยมาเข้าใจได้ว่า ความฉลาด
จะเกิดขึ้นจากการมารู้ถึงความยึดถือของความ
นึกคิด แล้วความนึกคิดต่าง ๆ นี่มันเป็นเรื่องของ
อวิชชาต่างหากเล่า ดังนั้น ผมจึงพูดว่า บางที่
ความฉลาดสามารถรู้สภาพอันแท้จริงของอวิชชา
คือความโง่ แต่ความโง่ไม่สามารถทราบอะไรได้เลย
อันนี้คือความเห็นของผมครับ

คำตอบ ดีแล้ว การที่มาเข้าใจถึงเรื่องความเข้าไปยึดเอา
ความนึกคิดของใจ (คืออารมณ์) มาเป็นของตน
จึงเป็นทุกข์ เมื่อเราเข้าใจเช่นนั้นแล้วไม่หลงเข้าไป
ยึดเอามาเป็นของตน ทุกข์มันก็เป็นสภาพของมัน
เองอยู่ต่างหาก เราเป็นแต่ผู้รู้สภาพของทุกข์นั้นอยู่
แล้ว ทุกข์ไม่สามารถเข้ามาครอบงำใจของเราได้
เรียกง่าย ๆ ว่าเป็นอิสระแต่สมุทัย เพราะรู้หน้าตา
ของมันแล้ว ส่วนทุกข์ให้ปล่อยไปตามสภาพของมัน
เมื่อเป็นเช่นนั้นแล้วอวิชชาไม่จำเป็นต้องละ

หากมันละไปเอง วิชาไม่จำเป็นต้องเจริญ มันจะ
เกิดขึ้นมาโดยไม่รู้ตัว

คำถาม เมื่อกระผมทำความสงบของจิตให้เกิดขึ้นแล้ว จิตใจ
ก็สว่างว่างไปหมด มองเห็นอารมณ์ของจิตเกิดขึ้น
วับ ๆ แวบ ๆ ก็ดับไป จึงมาพิจารณาเห็นอารมณ์
ของจิต หากเป็นไปตามอารมณ์ของมัน เมื่อเรา
ไม่เข้าไปยึดแล้วมันก็ไม่เป็นพิษเป็นสงอะไร
ของใจ มันเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปเป็นธรรมดา หาก
เราจะไปตามจับตามดูมันอยู่ เมื่อไรจะมีที่สิ้นสุด
สักที แล้วกระผมก็ปล่อยวางเฉยเสีย มันจะเป็น
อะไรก็ช่าง กระผมเลยสบาย

คำตอบ นี่แหละที่อธิบายว่า ใจคือของกลาง ไม่มีอะไร
ในเมื่อเราชำระสะสางหรือกำจัดกิเลสหรืออุปาทาน
ความกังวลเกี่ยวข้อพัวพันทั้งปวงหมดแล้วมันก็วาง
แม้ที่สุดกายของเราก็ตอดทิ้ง อย่างไรก็ตามก็ดี ถึงแม้จะ
ทอดทิ้งก็ตามเกิด แต่ประมาทมันก็ยังปรากฏอยู่
เซลล์หรือประสาทมันยังปรากฏอยู่ ร่างกายอันนี้
เมื่อเรายังครองอยู่ สิ่งที่จะต้องมากระทบมันก็ยัง
ต้องมี กระทบทั้งกายและใจมันยังต้องมี มันอยู่
ในท่ามกลางของสิ่งแวดล้อม มันจะต้องปรากฏ
เหมือนกันเมื่อยังมีกายคือมีวิบากอันนี้อยู่ เพราะ

ฉะนั้น อารมณ์ทั้งหลายมันจึงจำเป็นต้องเกิด ที่มัน
ดับเพราะเหตุที่เราไม่เข้าไปยึด มันก็หายไป ที่เรา
พิจารณาให้เห็นว่าความดับมันเป็นสภาพอยู่เช่นนั้น
ไม่ว่าภายในอกภายใน ไม่ว่ารูปนาม พิจารณาเห็น
ชัดอย่างนี้ เราหัดให้ชำนาญเห็นชัดอย่างนี้
เราจึงจะไม่ได้ติดในเรื่องทั้งหลาย ก็เห็นเป็นแต่สักว่า
ไม่ใช่เรา ไม่ใช่อะไรทั้งหมด ไม่ใช่ใจ แต่มันมา
กระทบให้ปรากฏที่ใจ ไม่ใช่อยู่ที่ใจ เมื่อเรายัง
ไม่ได้ชำระ มันเห็นอยู่ที่ใจเลยทีเดียว ใจเราเป็น
ที่เดียว คราวนี้เมื่อเราวางอุปาทาน เราหัดอยู่
อย่างนี้ชำนาญแล้ว ไม่ใช่อยู่ที่ใจ แต่ว่ามัน
กระทบที่ใจเหมือนกับสิ่งภายนอกมันมากระทบ
ที่ร่างกายของเรา เช่น ร้อน เหลือบ ยุงมากัด
ไม่ใช่ตัวของเรา แต่เรามีความรู้สึกอย่างนี้ ดังนั้น
**จึงจำเป็นต้องหัดที่จะปล่อยวางอุปาทาน
ทั้งปวงจนหมด** เพราะมาหัดอย่างนี้ให้มันแยก
ออกอย่างนี้ ที่เราพูดตามสำนวนโวหารกรรมฐาน
ว่า แยกจิตออกจากอารมณ์คือนี้จะไม่ใช่แยก
คือว่ามันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น เราหัด เราพูด
อย่างสำนวนโวหารกรรมฐานว่า แยกจิตออกจาก
อารมณ์เสียที อย่าให้มันไปเกี่ยวข้องกันที อัน
นี้แหละ

คำถาม การกำหนดพิจารณาสังขารทั้งหลาย ถ้าพิจารณา
ถูกต้อง เป็นธรรมทั้งหมด ถ้าพิจารณาผิด เป็นโลก
ทั้งหมด จะเอากันอย่างไรดีครับ

คำตอบ ในโลกนี้ไม่มีธรรม มีแต่โลกทั้งนั้น ที่เรียกว่าโลก
คือหมู่สัตว์หรือชั้นโลกพอเราเกิดขึ้นมาก็เป็นโลก
แล้ว เราอยู่อย่างนี้ก็เป็นโลก โลกคืออะไร คือ
การหมุนเวียนเปลี่ยนแปลง คือของไม่เที่ยงมันคง
ถาวร เรียกว่าโลกมันเป็นสภาพนี้ตลอดกาล อย่าง
ที่ท่านแสดงถึงเรื่องโลกธรรม มีความสุข-ทุกข์
สรรเสริญ-นินทา ถ้าได้ลาภ เสื่อมลาภ ได้ยศ
เสื่อมยศ ท่านเรียกว่าโลกธรรม หมายความว่า
มันเป็นโลก เรียกว่าธรรมของโลก เราจะเรียกว่า
อันนี้เป็นโลก อันนี้เป็นธรรม ก็เรียกยาก **ธรรม
อันใดโลกอันนั้น โลกอันใดธรรมอันนั้น** พูด
แล้วแต่เบื้องต้นว่าโลกนี้ไม่มีธรรม โลกทั้งนั้น จะ
เป็นธรรมก็เพราะเหตุผู้มาพิจารณาเห็นว่าอันนี้
เป็นโลกธรรม เหตุนั้นท่านจึงบอกให้รู้เท่าเข้าใจ
เรื่องโลกธรรม

เมื่อเรารู้เข้าใจโลกธรรมแล้ว เราไม่เข้าไปพัวพัน
เราไม่เข้าไปยึดไปหลง ก็เรียกว่าอยู่เหนือโลก
พระพุทธเจ้ามาตรัสรู้ ก็มาตรัสรู้เรื่องโลกธรรม
นี้ไม่ใช่ธรรมสูงส่งอะไรหรอก เมื่อพระองค์มา

ตรัสรู้แจ้งตามสภาพความเป็นจริงแล้วก็เห็นโทษ
เบื้อหน้าย สละปล่อยวางได้จนไม่เข้าไปยึดไป
หลง จิตใจสะอาดผ่องใส อยู่เหนือโลก อยู่สูง
กว่าโลก จึงเรียกว่าถึงโลกุตตรธรรม

แล้วถามว่าจะเอาอย่างไรกัน ตอบว่า เมื่อ
มาพิจารณาเห็นโลกเป็นขันธ์ (คือตัวตน) โดย
เข้าใจผิด แล้วก็เข้าไปยึดเอาจึงเป็นทุกข์ เมื่อ
พิจารณาขันธ์เห็นเป็นสภาพธรรมตามความเป็นจริง
โลกก็เช่นนั้น แล้วไม่หลงผิดเข้าไปยึดเอามาเป็นตน
เป็นตัว ปล่อยวางได้ ก็เป็นธรรม ไม่เป็นทุกข์
เมื่อผู้มาพิจารณาเห็นแจ้งเข้าใจตามเป็นจริงดังนี้แล้ว
ย่อมไม่หลงเข้าไปยึดเอาขันธ์ เอาทุกข์มาไว้เป็น
ของตัวเป็นธรรมดา

คำถาม เดี่ยวนี้คนมักจะพูดว่าหมดกาลหมดเวลาของ
มรรค ผล นิพพานแล้ว ถ้าหากว่ายังมีผู้ประพฤติ
ปฏิบัติอยู่ สังฆธรรมของจริงก็ยังมีอยู่ มันจะหมด
กาลหมดเวลาไหมครับ

คำตอบ ความคิดของคนที่ไม่ได้ปฏิบัติโดยอนุमानเอานั้น
เขาคิดว่ามรรค ผล นิพพาน คล้าย ๆ กับลูกไม้
หมดฤดูกาล เขาเข้าใจกันอย่างมะม่งง ลำไย
หมดฤดูแล้วไม่มีลูก แท้จริงสังฆธรรมคำสอนของ

พระพุทธเจ้าเป็นของมีอยู่ประจำโลก คนที่เขาไม่เห็นธรรม อย่างตัวของเขาเอง ผู้พูด มีธรรมอยู่ในตัวของเขา แต่เขามองไม่เห็น พระพุทธเจ้าตรัสรู้ก็ไม่ใช่แบกหามหรือไปขนเอาธรรมมาจากไหน ได้เคยพูดอยู่เสมอว่า ธรรมที่เป็นของจริงของแท้เรียกว่าธรรมล้วน ๆ นั้นมีอยู่ แต่คนเราไม่เห็นธรรมหมายความว่า ธรรมคืออริยสัจจ์ พระพุทธองค์ก็ชี้เอาทุกข์ มีชาติทุกข์เป็นต้น สมุทัยก็คือต้นหา ๓ มีกามตัณหาเป็นต้น นี่ธรรมแท้ ๆ เป็นของจริงมีอยู่ในตัวของเราทุก ๆ คน แต่คนเราไม่เห็น ไม่รู้คือปฏิบัติไม่ถึง ขำระใจไม่สะอาดไม่เข้าถึงความบริสุทธิ์ จึงไม่เห็นอริยสัจธรรมนั้น

อีกแง่หนึ่ง ธรรมล้วน ๆ ไม่มี มีแต่โลก อันนี้เป็นสำนวน คือทุกสิ่งทุกอย่างอยู่ในโลก เป็นของโลกทั้งนั้น ชาติก็เป็นของโลก ชรา พยาธิ มรณะก็เป็นของโลก ตัณหาความทะเยอทะยาน กาม-ตัณหา ภวตัณหา ล้วนเป็นของโลกทั้งนั้น ธรรมแท้ไม่มี แต่ว่าผู้ปฏิบัติตนของตนให้เข้าถึงธรรมคือใจเป็นธรรม ใจปล่อยวางเรื่องความยึดความถือทั้งหลายเหล่านี้ ใจเข้าถึงความสงบเยือกเย็น ปล่อยทิ้งโลกทั้งปวงหมด จึงค่อยมามองเห็นโลกกลายเป็นธรรมหมด คือทุกสิ่งทุกอย่างเป็นธรรมชาติ

ธรรมดาที่มีอยู่อย่างนั้นเลยไม่เข้าไปยึดไปถือ จึง
ว่าธรรมล้วนไม่มี มีแต่โลก ผู้มามองเห็นโลก
ตามสภาพเป็นจริงอย่างไรแล้วไม่เข้าไปยึดถือ
วางตามความเป็นจริงได้ สิ่งที่วางและผู้วางเลย
กลายเป็นธรรม มันกลับกัน มันเป็นส่วนวน ถูก
ด้วยกัน ที่แรกบอกว่าธรรมบริสุทธิ์มีอยู่ มรรค
ผล นิพพานก็ไม่ใช่อื่นไกล คือผู้มาชำระใจ
ของตนให้บริสุทธิ์ด้วยปัญญาอันชอบแล้ว มอง
เห็นโลกตามสภาพความเป็นจริงด้วยปัญญาอัน
ชอบนั้น แล้วไม่เข้าไปยึดถือในโลกทั้งปวง จะเรียก
ว่ามรรค ผล นิพพานหรืออะไรก็ตาม คนต่างหาก
เสื่อมสูญจากมรรค ผล นิพพานก็เท่านั้น เพราะ
ไม่ปฏิบัติให้เข้าถึงตรงนั้น พระพุทธเจ้ามาตรัสรู้
ก็ไม่ได้เอามรรค ผล นิพพานมาจากที่อื่น
ตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้าไม่ได้เอามาจากอื่นเลย
สัพพัญญุตญาณมาสู่ของจริงก็ของในโลกนี้ทั้งนั้น
รู้ด้วยพระองค์เอง จึงเรียกว่า สัพพัญญุตญาณ
พระสาวกทั้งหลายได้ฟังพระพุทธสาวกเหตุนี้
มันจะเรียกว่ามรรคผลเสื่อมได้อย่างไร ไม่มีเสื่อม
หรือ ออกอย่างทุกวันนี้คนทั้งหลายกลัวนักกลัวหนา
กลัวศาสนาจะเสื่อมจากประเทศไทย กลัวลัทธิ
การเมืองต่าง ๆ จะมาเบียดเบียนและย่ำยีให้



เสื่อมสูญ แต่หาได้รู้ไม่ว่าผู้ที่พูดอยู่นั้น บางคน
ศีล ๕ ข้อก็รักษาไม่ครบเลยสักที นั่นพุทธศาสนา
ในตัวของเขาได้เสื่อมไปแล้วมิใช่หรือ.



อุษาคเนย์ ๓๓๓๓

๔๔๐๐๐ พระธรรมมุนี



ISBN 974-9697-44-8



9 789749 697443